# Практические основы полноценной жизни

*Автор не возражает против распространения книги в любом виде при условии неизменности содержания.*

*Скай Д*

Многочисленные заблуждения нарочно создают, подбрасывают и навязывают обществу, формируя в людях негативные реакции и уводя их в сторону от естественного гармоничного развития!

Социальная среда нарочно выстроена так, чтобы постоянно подмешивать к естественным гармоничным устремлениям человека искажённые и разрушительные шаблоны поведения, накладывая на интуитивно светлые и притягивающие образы ложное ассоциативное восприятие у людей! При этом даже не нужно называть светлое тёмным и заставлять всех в это верить. Всё делается тоньше, тёмному придаётся ощущение, что это светлое...

Например, в фильмах вполне симпатичному персонажу, которому зритель по сюжету сопереживает, между делом, как будто это нечто естественное, в поступки и фразы нарочно вкладывают различные искаженные и разрушительные реакции, закрепляя у зрителя подобный шаблон поведения. Зритель интуитивно считывает такой образ со всеми заложенными в нём искажениями и ловушками и пропускает его в себя через симпатию не фильтруя. Привыкая к этому шаблону, запоминая его, как норму. Так постепенно естественные человеческие реакции заменяются в обществе на ложные и разрушающие.

Когда симпатичная вам героиня фильма вдруг между делом произносит: “Дети?
Зачем мне эта обуза?” или “Да, у меня было много партнёров, это проблема?” или “Ты не умеешь веселиться, потому что не пьёшь!” - ваше личное мнение по этому вопросу, если оно устойчивое, наложит на такой персонаж негативный оттенок, но даже в этом случае сам посыл, сделанный в сюжете между делом, понемногу проникает в подсознание, откладываясь там. Фильмы с детства буквально учат людей, как и на что им реагировать. И эти реакции не естественные и ложные!

И чем менее устойчивое сознание, тем больше и сильнее эти воздействия на него. Немного присмотревшись, вы легко сможете увидеть в современных фильмах и сериалах множество подобных негативных закладок, которые сделаны нарочно, цинично и профессионально. Пока мы смотрим фильм - нас дрессируют и программируют на ложные и деструктивные шаблоны поведения,

постепенно размывая границы между нормальным и разрушительным!

В современных фильмах практически никогда нет по-настоящему нормального здорового персонажа, все с нарочно внедрёнными искажениями поведения и пороками. Фильмы изначально задуманы так, чтобы качать психику, вызывать яркие ощущения, привлекая эмоциями, на фоне которых людям после их жизнь начинает казаться скучной и они начинают неосознанно искать в ней драмы, как в кино, разрушая свою жизнь.

Вместо того, чтобы уметь жить в спокойном тёплом потоке мягкой радости, что изначально является нормой для нашей психики, людей приучают к драме, эмоциям, необходимости куда-то ездить за впечатлениями, менять партнёров и принимать разные средства для увеличения яркости ощущений. Всё это постепенно выматывает и опустошает, а человек не понимает, что с ним не так, пытаясь повысить количество впечатлений, чтобы скука и пустота ушли.

Вы, вероятно, удивитесь, но это не злая воля лично режиссёра так делает. Тысячи психологов работают над изучением механизмов влияния на людей и разрабатывают программы, которые направляют сознание туда, куда нужно тем, кто им платит за это и управляет развитием человечества для своих целей.

Далее киностудиям дают понять, что до массового зрителя дойдут те фильмы, которые будут нести в себе нужные посылы, и даются механизмы их внедрения в сюжет. И уже затем сценарист учитывает это в своей работе. А зачастую каждый участник процесса, будучи сформирован уже в рамках подобной среды, и лично от себя добавляет немало подобных деструктивных установок. И это касается не только фильмов, но и всех других транслируемых обществу шаблонов.

Попробуйте хотя бы час ничего не делать, только абсолютно ничего. Допустим просто лежать или даже стоять. И не гонять при этом в голове кучу мыслей, а просто быть в тишине. Если у вас не получилось, ваша психика уже истощена. Для нормального человека это и есть состояние жизни, контакта с пространством. А для большинства это будет реально хуже наказания, невыносимо захочется хотя бы чем-то заняться.

Нас приучают к постоянной гонке в напряжении всех усилий, постоянному потреблению контента, искусственным звукам вокруг, музыке с негармоничными вибрациями, необходимостью реагировать на многочисленные входящие сообщения и звонки, переключая

внимание. И люди просто теряют природную способность быть в покое и восстанавливаться. Как и способность действовать в потоке, не теряя при этом массу энергии, а наоборот наполняясь.

Таких примеров миллионы, они окружают нас постоянно и самым ярким и неочевидным ложным посылом является девиз: "Нужно быть счастливым!". При этом в нормальном и естественном по своей сути утверждении подаются такие идущие далее в комплекте примеры, а акцент ставится так, что в итоге формируется желание добывать счастье любой ценой, в первую очередь через эгоцентризм, потому что это преподносится, как главный смысл жизни.

Это очень удобный инструмент массового управления сознанием. Нужно всего лишь с одной стороны постоянно показывать образы счастливых людей, а с другой создавать ассоциативные связи этого состояния счастья с необходимостью иметь какие-то вещи, достаток, посетить какие-то места, иметь какой-то формат отношений и так далее. И дальше появляется возможность сколько угодно подкидывать людям многочисленные задачи-цели, которые те будут пытаться решать и достигать в попытке получить за это состояние счастья.

В то время, как на самом деле состояние счастья создаёт гармоничное и наполненное светом существование в глубоком контакте с собой и пространством. Глупо спорить, что человеку важно быть счастливым. Дело лишь в малом нюансе, который всё переворачивает. Вместо того, чтобы учить людей вести свою жизнь к счастью через развитие и гармонизацию себя, их очередным хитрым заблуждением приучают пытаться любой ценой и любыми средствами тащить счастье в свою жизнь, добывать его, зачастую разрушительно конкурируя с другими, отбирая и разрушая, вместо гармоничного взаимодействия!

Счастье это внутреннее состояние человека, к нему не требуется как-то стремиться, его нужно уметь создавать в себе соответствующей работой с собой и настройкой своего сознания, чтобы светиться и делиться этим внутренним светом с другими. При этом счастье не зависит от внешних факторов и материального положения. Они могут оказывать только вторичное влияние на саму способность светиться для тех людей, которые не научились управлять этим в себе напрямую.

Мы, конечно, можем испытывать счастье или быть несчастными от внешних факторов, но это лишь частный случай, когда мы входим в

такие состояния непроизвольно. И ловушка в таком случае находится в том, что такие состояния нестабильны и ограничены. Со временем внешние факторы вызывают всё более кратковременное и более слабое счастье, в то время как умение быть в этом состоянии по своей воле, наоборот только усиливают эффект и делают его качественно более глубоким.

Счастье вызывает в теле биохимические реакции (а не наоборот, как пытаются подать это учёные и психологи), которые дают удовольствие. Но это лишь побочный эффект внутренней настройки гармоничного человека, которое не следует использовать ради получения самого состояния кайфа! Счастье это ресурсное состояние всего вашего существа, при котором оно настроено на здоровый и гармоничный режим существования внутри себя и вовне!

При этом важно понимать, что счастье совсем не цель жизни, а только инструмент и одна из наших естественных способностей, которую можно развивать. Отсюда следует, что нужно заново и осознанно определить вашу цель жизни для себя самостоятельно.

Свобода проявления позволяет каждому наполнять своё существование своим смыслом и целями. Как бы вы себя не проявляли, Мир найдёт вам место и применение. И каким будет это место зависит уже от вашего выбора. Но по итогу основная видимая универсальная цель существования каждого существа - развитие и познание, по ходу которых мы наполняем пространство энергиями, исходящими из нас, формируя окружающее пространство в зависимости от того, как мы сами настроены.

Пространство здесь важно понимать не просто физическим Миром вокруг нас, но даже более как психоэнергетическую среду, в которой мы в целом находимся и с которой взаимодействуем. И то, что мы выпускаем из себя в это пространство, тем мы все и окружаем себя и других существ вокруг нас!

В очень примитивном виде для понимания это можно сравнить с воздухом в комнате, где находится много людей. Вы по итогу будете вдыхать тот воздух, который все эти люди сформировали своим присутствием. Если все они были чисты и свежи, всё будет в целом приятно. Но если хотя бы часть из них не считает важным соблюдать чистоту, эффект будет понятным.

А теперь расширим это на всё пространство и на все виды нашего и других существ взаимодействия с ним. И добавим тот момент, что мы сами выбираем, чем мы лично будем его наполнять. И мы получим лучшее понимание выбора и ответственности за то, что именно

каждый из нас вносит в этот процесс. И тут, между прочим, становится заметным ещё одно ложное и с виду безобидное распространяемое мнение, что жизнь каждого — это его личное дело, которое вам не важно.

Окружающее пространство является жизненной средой для нас самих и для формирования других существ, приходящих в этот мир. А значит от его качества и наполнения напрямую и в первую очередь зависит то, какие возможности будут у них для их роста и развития. Чем более благоприятные и гармоничные условия пространства удастся создать, тем полнее будет наша собственная жизнь и тем благоприятнее будут условия для формирования новой.

На сухой замерзшей земле, засыпанной мусором, сложно ожидать появления прекрасных нежных цветов. Забота о качестве окружающего пространства - важнейшая общая задача для каждого. Осознанные существа делают это сознательно по своей воле, другие живые и неживые сущности делают это через заранее заложенные в них механизмы их проявления.

Развиваясь, делая себя лучше, помогая развиваться другим, мы накопительно увеличиваем качество и общий итоговый эффект от влияния окружающего пространства на себя в том числе. Помогая другим - мы помогаем Миру и помогаем себе в нём! Подумайте об этом не спеша и внимательно...

Основная цель вброса разрушающих заблуждений - помешать гармоничной настройке людей, их развитию и познанию, которые являются взаимодополняющими процессами жизни. Говоря проще, это прямая попытка испортить пространство в целом или даже погубить его в итоге! Почитайте про “эффект Махариши” и практические исследования по нему, вы многое поймёте о том, почему человечество так старательно сдерживают в развитии.

Основная задача книги - помочь выйти из заблуждений. Написанное здесь последовательно, имеет место и должно восприниматься одновременно и целостно, каждый посыл в книге дополняет, объясняет и поддерживает любой другой. Только соединив всё и пропустив через себя, вы поймёте по-настоящему.

Форма изложения выстроена так, чтобы не дать собственно информацию, а сформировать состояние, через которое каждый сможет сам под свои личностные качества и ситуацию выстроить свою гармоничную систему развития своей личности на текущем этапе своей жизни.  Вы можете возвращаться к этой книге в разные этапы вашей жизни и будете находить здесь новые подсказки.

Эту книгу нельзя читать быстро, набегу или в беспокойном состоянии. И даже тогда местами может казаться, что написанное повторяется или сказано очевидное. Но это только говорит о том, что следует читать ещё более неторопливо, открыв сознание и пропуская через себя каждое возникающее ощущение от каждого слова, пока не появится глубина, которая в вас отзовётся.

В каждом абзаце почувствуйте, какой будет ваша жизнь и как вы будете себя ощущать, если примените то, что прочитали и только тогда переходите к следующему. Почти каждый абзац содержит в сжатом виде огромный пласт информации, которая раскроется после такого прочтения.

Даже читая это утром или вечером вы заметите разницу. Не пропускайте смысла слов, торопясь читать, раскройте их отклик в вас, осмысливая и стараясь почувствовать каждую фразу! Читайте снова и снова пока она не раскроется для вас и только затем переходите далее. Здесь нет случайных слов, если какое-то слово показалось лишним или не понятым, значит вы что-то упустили.

Книга не пытается что-то доказать, дать точные определения или логически полную модель чего-либо. Приводимые понятия специально упрощены для большей доступности и направлены на то, чтобы сформировать нужное состояние восприятия. Прочитав первый раз, можно вернуться к началу и, уже зная, что было в книге, прочитать всё по новой, ещё более глубоко пропуская это через себя!

Делать так можно много раз, через некоторые перерывы, чтобы восприятие информации сопровождалось постепенным глубинным внутренним изменением в вас, постепенной настройкой на нужные вибрации. Даже одна любые страница этой книги, будучи освоена по-настоящему, поменяет вашу жизнь.

"Вибрации" и "свечение" — это не метафора, а реальные объективные процессы и состояния, в которых мы находимся и которые наиболее полно определяют нас самих в текущий момент!

Первично не то, что мы делаем сейчас физически, не то, что мы чувствуем прямо сейчас или будем чувствовать через минуту. И даже не то, о чём мы думаем сейчас или думали вчера. Вибрации определяют саму нашу суть в глубине нашего существа, как мы вибрируем в окружающем нас пространстве, а уже это далее определяет то, как мы склонны проявляться, о чём думать, что делать и что при этом чувствуем!

Свечение же более проявленный эффект нашей вибрации. Как волны, исходящие от нас и несущие наши энергии, их качества, их силу и устремление в пространство. Если вибрации это состояние и суть существа, то свечение это энергоинформационное поле, которое оно распространяет в результате своих вибраций. Аура — это видимая на тонком плане часть свечения человека.

Мы можем не осмысливать и даже не осознавать свои вибрации, но при этом они всё равно будут определённым образом взаимодействовать со всем пространством. Реагировать на него и наполнять его вашим свечением, притягивая к вам аналогичные вибрации из пространства, а вас самих в те места и к тем событиям, которые этой вибрации в пространстве больше соответствуют.

Можно образно представить себя в пространстве в виде вибрирующего светящегося шара, из глубины которого во внешнее пространство выходит свет, пронизывающий весь этот шар, наполняющий и формирующий саму его глубинную суть и далее выходящий за его пределы в пространство, постепенно растворяясь в нём и наполняя его частью себя.

У этого шара есть свои индивидуальные особенности его вибрации, определяющие его природу и сущность, и свой индивидуальный свет, наполненный тем, что он сам в себе создаёт, что желает выразить и что в итоге несёт в пространство.

И вот так, добавляя других людей и существ с их вибрациями и их светом, мы получаем ощущение наполненности пространства тем, что мы все в него сами и отдаём своим существованием.

В течение жизни мы не только получаем опыт для развития и формируем качества своего существа, мы ещё и наполняем пространство своими вибрациями и своим светом, что является средой существования для других существ, вот на сколько ответственно нужно к этому относиться.

Формируемые нами мысли, чувства, эмоции, напрямую влияют на то, чем будет наполнено это пространство и к чему будут склонны другие его обитатели. И так по кругу, каждый влияет на всех и все вместе влияют на каждого, внося свой вклад!

Опыт, который мы получаем в жизни, накладывается на наше восприятие и наше состояние, формируя наши качества, меняя наши вибрации и свечение, развивая нас, либо разрушая!

Один и тот же опыт для разных людей может дать разный эффект. Чем более развитое и чистое сознание, тем лучше оно способно

перевести даже негативный опыт в созидательные последствия. В то время как более слабых и неподготовленных это травмирует и понижает вибрации, забирая свечение, отнимая силы и толкая всё ближе к разрушительным состояниям!

При этом, теряя силы и свечение, человек всё больше подвержен негативному опыту и со временем перестаёт его воспринимать, как негативный - для него это новая норма. Поэтому крайне важно следить за тем, какого качества опыт вы получаете, а не собирать коллекцию из всех подряд впечатлений и переживаний по принципу "живём один раз, надо всё попробовать"!

Как и пространство, в котором мы находимся, так и социальная и событийная среда, которая нас непосредственно окружает в повседневной жизни, являются основой того, чем мы более всего себя наполняем! Следите за тем, кто и что вас окружает, с кем вы общаетесь, в чьём обществе проводите время и на сколько эта среда благоприятна для вашего развития, делает ли она вас лучше, чище, светлее...

По мере развития и улучшения качественного состояния нашей личности мы переходим на новые по качеству вибрации и лучше понимаем, как устроено наше пространство в целом и свою роль в нём. Нам открываются новые грани и слои восприятия реальности, которые ранее ускользали от нашего восприятия и понимания, потому что наши прежние вибрации не были способны их воспринять.

В результате этого мы получаем дополнительные возможности для дальнейшего развития, которое видится процессом неограниченным и постоянно дающим новый смысл для дальнейшего существования. В то время, как навязываемые извне заблуждения загоняют человека в ловушку примитивного ограниченного восприятия смыслов существования и тупик последствий от ложных целей и способов их достижения!

Развиваясь и выходя на новые глубины понимания мы получаем от Мира новые энергии для дальнейшей самореализации уже на этих уровнях! В то время, как цели жизни, которые людям предлагают через заблуждения, истощают их жизненные силы и ведут к паразитизму на других и прямому вампиризму за счёт других. Итогом чего в абсолюте является самоуничтожение всей такой системы, если её поддержит большинство.

Гармоничное же развитие, идущее из чистой связи со своей Душой, напротив ведёт ко всеобщему наполнению общества и выходу его на

новые коллективные уровни и такие энергии окружающего пространства, которые многократно ускоряют дальнейшее развитие и наполнение всех вместе и каждого в отдельности!

Вместо упрощённого представления о том, что добро и зло дополняют друг друга и нужны, потому что без зла не будет понятно, что есть добро, а без страданий не будет мотивации к развитию, следует увидеть, что это только наиболее простые нравственные ориентиры, на уровне логики. Гармоничное осознанное существо не нуждается во внешних ориентирах для развития и свечения, оно стремится к ним само, желая этого по своей природе, интуитивно ощущая своё место в Мире!

Такие люди не пытаются быть “хорошими”, чтобы что-то получить за это, избежать “кармы”, “ада” и так далее. Они просто не могут иначе, они сами хотят светиться и делиться этим светом, отдавая его в Мир! И они исследуют и развивают себя и свои возможности делать это всё лучше! Получаемые бонусы в жизни для них вторичны. Как только вы теряете такую настройку и начинаете стремиться к чемуто ради самого бонуса, вы теряете чистоту намерения и силу развития, начиная уходить с восходящей траектории!

Те люди, которые погружены в процесс добычи бонусов, ресурсов и удовольствий именно ради того, чтобы это было в их жизни, постепенно становятся заложниками своего желания. Вместо того, чтобы получать от жизни всё, что им на самом деле нужно, как сопутствующий счастью и гармоничному проявлению бонус. При этом они не могут по-настоящему испытывать счастье, а эффекты удовольствия, которыми они пытаются заменить это счастье, становятся всё более кратковременными и слабыми.

И эти люди вынуждены прибегать ко всё более жестким и разрушительным для себя и окружающих способам добычи ресурсов и удовольствий, быстро деградируя и уходя в безвозвратный опустошающий тупик, впадая в извращения и становясь заложниками и рабами той системы, которая заманила их на такой путь. Очень важно не жить в заблуждениях, которые вам пытаются навязать, а быть на чистой связи со своей Душой и чувствовать, чего она хочет на самом деле!

При верной настройке развития вам будет хотеться больше, чем удовлетворения потребностей или получения удовольствий. Само развитие и внутреннее свечение уже станут для вас главным источником удовлетворения, потому что они приносят новые энергии для жизни, Мир сам наполняет таких людей силами для следующих шагов.

Здесь очень важным становится формирование и отбор желаний под цели, которые находятся на пути вашего развития, а не удовлетворение тех многочисленных случайных “стихийных” желаний, которые возникают в вашем теле и в вашей голове под воздействием различных факторов, событий и состояний. Желания должны быть осмыслены, отобраны и утверждены вами осознанно!

Для этого нужно развивать в себе умение преодолевать и убирать ложные, внедрённые в вас извне желания, которые вы постепенно научитесь в себе обнаруживать. Умение делать и желать того, что на самом деле нужно для вашего развития, а не того, что приносит вам удовольствие. С этим будет развиваться и умение получать удовлетворение и новые силы от развития, не страдая от ложных желаний, достижение которых часто ведёт в тупик и истощает.

Следующим шагом будет выбирать не только то, что развивает лично вас, но и то, что ведёт к развитию окружающих вас существ и пространства. Искреннее и глубокое удовлетворение от такого созидания будет давать ещё больше сил и энергии, чтобы это состояние качественно развивалось в вас далее. Цените и благодарите каждого, кто старается, помогайте им, если можете и видите, что это нужно.

Развиваясь так шаг за шагом, вы по своему желанию всегда можете стать таким, каким захотите. Придумайте себе качества, которые вы считаете важными, хорошими и достойными, которые ведут к вашим целям и внутренней наполненности тёплым светом. Почувствуйте, как вы будете ощущать себя и своё пространство с этими качествами, какой будет ваша жизнь, как вы будете поступать и вести себя, чего хотеть и к чему стремиться.

Сохраняйте такое ощущение себя и начните постоянно представлять, что это уже ваша жизнь и что она уже такая в каждом моменте. Не событийно или материально, а именно по ощущениям. Это динамическая медитация, когда ваши мысли — это то, что уже исполняется, каждое ваше движение приближает вас к цели, каждый вдох напитывает энергией образы будущего, к которым вы идёте.

И постепенно ваша жизнь действительно начнёт становиться всё ближе к этому, а ваши придуманные качества становиться настоящими. Мир чётко считывает ваше глубинное состояние и подстраивает ваше пространство согласно этому. Важно, чтобы, формируя свой образ, вы заботились не только о том, как хорошо вам будет, но в первую очередь и о том, на сколько это будет приближать вас к целям на пути вашего развития.

Это не разовый, а постоянный процесс самонаблюдения, самоконтроля и самосовершенствования, но не эгоизма и самолюбования! Как только вы начнёте хотеть чего-то, не стремясь поменяться и стать лучше для этого, магия пропадает.

Цените свои усилия, умейте испытывать гордость за свои достижения, это помогает держаться выбранных целей более твёрдо и видеть результат своей работы и роста. Но важно стараться возвышаться не над другими, а над собой! Ваш рост будет помогать другим найти в себе желание и силы сделать так же. В то время, как возвышение над другими - путь к подавлению развития.

Возвышение над собой приносит удовлетворение от преодоления, даёт ощущение настоящей силы, энергию и мотивацию идти дальше. Следите, чтобы преодоление было ради развития и помощи, а не просто преодоление чего попало ради самого ощущения силы и самолюбования.

Развитие и самореализация, которые проходят через искреннее желание помощи другим, помогает самому Миру в целом, формируя более качественное и благоприятное пространство, помогая затем и вам, возвращаясь многочисленными неожиданными эффектами и возможностями, которых вы даже не могли ожидать, но которые вы сами создали и запустили в этот Мир.

Каждый день старайтесь сделать что-то полезное для себя, научиться чему-то новому, узнать что-то нужное. А затем сделайте то же самое для ваших близких и окружающих в этот день. Много даже не нужно, иногда достаточно просто порадовать, сказать доброе слово, обнять или искренне улыбнуться. И тогда вы будете всё больше и больше чувствовать, что ваша жизнь по-настоящему наполнена смыслом и ведёт к развитию, а не просто проходит.

Никакие развлечения и удовольствия, которые всегда конечны и вызывают привыкание, постепенно ослабевая, не дадут подобной настоящей наполненности, как эта ежедневная практика, за которую вас благодарит и поощряет само пространство!

В отношении с другими людьми и существами вместо внутреннего запроса “что ты мне дашь взамен?” приучите себя к поиску возможностей ответить на вопрос "что я могу тебе дать?". Человеку важно делиться по самой его природе, так мы развиваем способность наполняться не застаивая свои энергии в бессмысленном накоплении.

В обычной ситуации, которая не требует особых мер, не отдавайте больше того, чем вы можете отдать безвозмездно и без дефицита

для себя. Иначе есть большой риск формирования у вас обиды в случае, если это не смогут принять, правильно распорядиться или оценить. Такая обида будет мешать чистоте вашего намерения и верному выбору в дальнейшем.

Если человек концентрируется на себе, старается стать сильнее, получить больше власти и ресурсов, то другие люди для него будут так же ресурсом, который он будет использовать ради себя. При отдаче усилий во вне, ради других, человек развивается и становится сильнее, чтобы давать ресурсы и улучшать пространство, наполняя его светлыми стремлениями.

Эти два подхода принципиально отличаются и характеризуют ваш уровень развития. Самый примитивный уровень — это жить и развиваться только для себя. Что, опять же, очень активно навязывают и пропагандируют в современном обществе и это ведёт к его разрушению и к слабости самих людей.

Каждый из нас имеет свои сильные качества и способности что-то создавать и накапливать. Научитесь работать, создавать и копить, чтобы давать и делиться этим. Помогайте не через усилие, а из состояния наполненности светом, внутренней силы и изобилия. Развивайте себя, чтобы иметь возможность дать в этот Мир больше и более хорошее, такая мотивация поможет вам выбирать лучшие цели и пути развития.

Уметь принимать и ценить то, что дают вам другие. Искреннее принятие искренней заботы и помощи — это ваша услуга дающему и ваш вклад в его развитие. Нет необходимости в прямом смысле брать всё, что вам пытаются дать, принятие состоит в благодарности за само желание заботы со стороны другого существа.

Тем же, кто даёт, важно постоянно учиться выбирать цели, средства и силу помощи, не растрачивая свои усилия на то, что не принесёт пользы, не будет эффективно. Неразумная и неуместная помощь может больше навредить, либо отобрать у человека возможность справиться самому и получить опыт и развитие. И даже сформировать зависимость и паразитизм, ослабляя человека, создавая нездоровые связи. Это умение не приходит сразу, оно тренируется практикой, искренним, чистым, бескорыстным желанием блага и ответственным принятием решений и их последствий.

Нельзя и страдать за других — это их опыт и их возможность измениться. Можно только поддержать, показать и предложить путь, который поможет, но не толкать на него и тем более не лезть

на него вместо человека, которому нужно было его увидеть и пройти.

Решив простую для вас задачу за другого человека, который должен был сам найти её решение, вы не помогаете ему на самом деле, а отбираете его возможности к развитию и росту, получению нужного ему опыта и формирования нужных ему качеств.

Прямая помощь возможна только в экстренных случаях, связанных с возможностью гибели или необратимых разрушительных последствий, к которым человек или другое существо приближается. И даже в этом случае надо понимать, что вы берёте на себя ответственность за такое вмешательство и у этого будут

свои последствия. Особенно ответственно нужно относиться к этому, если о помощи у вас не просили. Создавайте возможности, подсказывайте, когда это уместно, делитесь пониманием, не навязывая его.

Оценят или не оценят ваши усилия — это вторично, действуйте с чистым намерением, не ожидая понимания или благодарности. Ваши действия могут даже вовсе не заметить и это не сделает их бессмысленными. Следите за тем, на сколько они реально помогают, на сколько это уместно и нужно. Не делайте что-то лишь потому, что можете или хотите, или желая, чтобы вас оценили.

Но если ваши усилия не видят или не ценят, это повод внимательнее задуматься над смыслом ваших действий и ещё раз проверить, верно ли вы сами оценили их пользу и уместность. Потому что человек из-за вас может пропустить собственный опыт, избежав каких-то переживаний, не получив нужного понимания и не сформировав в себе нужных качеств. Чаще всего так и будет.

Вы можете помогать, ожидая одного результата, но свобода выбора может это реализовать иначе и это будет справедливо. Делайте не то, что просят, заметят или оценят, а то, что на самом деле принесёт благо. Однако, если вы можете сделать так, что это заметят и оценят, эффект будет больше, потому что это даст большее понимание происходящего для остальных и не отберёт их опыт.

Учитесь чувствовать, что ваше, а что нет, и спокойно отпускать то, что не ваше. Потраченные впустую или неэффективно усилия могут ещё больше понадобиться вам где-то после, когда у вас их уже не будет.

Не сожалейте о сделанном и не копите обид, это забирает энергию и разрушает. Вместо этого, старайтесь в каждый момент поступать

наилучшим образом для тех, кто сейчас рядом. Не откладывая и не стесняясь делать сразу всё, что вы можете успеть. Понимая, что на самом деле другой возможности может уже и не быть.

Учитесь принимать последствия, как опыт, и отпускать тех, кто вас не слышит, освобождая им возможность развития другими путями. Вместо сожаления делайте в своём понимании поправки на будущее, совершенствуя свою картину Мира и умение делать верный выбор с пониманием ответственности за него.

Мир не пытается никого наказать, он всегда подсказывает и направляет, стараясь общаться с каждым наиболее понятным ему способом. Осознанные люди способны чувствовать верный выбор, другим приходят подсказки через разочарования, а в наиболее крайних случаях и через потери и страдания.

Обычно сначала это приходит через события и знаки, которые мягко подсказывают верный выбор. Если человек их не видит или игнорирует, начинают происходить останавливающие события, а за ними уже разрушающие. Научитесь видеть тонкие знаки, чтобы не доводить до большего.

Здесь не нужно впадать в мнительность и суеверия, ища знаки повсюду. Нужно просто налаживать связь с собой и гармонизировать себя, чтобы чувствовать тонкие отклики пространства на ваши вибрации, желания и действия. Если вы не можете увидеть, почему с вами случаются какие-то события, вспомните, что написано в этой книге и постарайтесь понять, где нарушена гармония.

Часто это не примитивная линейная зависимость, когда некий выбор повлиял на результат. Почувствуйте и научитесь непрерывно видеть всю глубокую взаимосвязь происходящего с каждым вашим желанием, реакцией, страхом, стремлением, мыслью и поступком.

Вы вряд ли сможете это представить, попробуйте именно почувствовать пространство, где каждый ваш поступок, мысль или желание формируют даже не цепочку событий, а целые многомерные волны последствий, которые расходятся во все стороны и во времени. И всё это одновременно влияет на всё пространство и на вас, многократно отражаясь от последствий и выбора других существ, определяя ваши события, которые порой кажутся на первый взгляд не очевидными только на основе логики. Это нужно чувствовать.

Человек год назад поссорился с другом из-за обычного бытового спора, перестали общаться и тот не сказал ему о чём-то, что собирался рассказать при встрече. На прошлой неделе этот человек

был в плохом настроении и нахамил прохожему, который и без того устав на работе, где делал то, что ненавидит, придя домой, сорвался на ребёнке. Человек с утра встал позже обычного из-за оравшего всю ночь ребёнка у соседей, и вышел из дома с опозданием. При этом он столкнулся по дороге с тем, кто год назад поссорился с другом и тот выронил ключи от авто, поэтому вызвал такси, чтобы добраться до работы в этот день. Это было такси, которое принимает только наличные, о чем человек не знал, потому что не встретился с другом, с которым поссорился год назад, который хотел рассказать ему, что теперь в такси с собой лучше брать наличные. Не такая важная информация, но волны событий сложились в итоге так, что, если бы человек встал раньше, вовремя вышел из дома или получил от друга нужную информацию, он не попросил бы таксиста остановиться у банкомата и не попал бы в это место в тот самый момент.

Что там могло произойти дальше не так важно, весь пример — это попытка показать на сколько сложными, глубокими, неочевидными и многогранными бывают причины любой ситуации, в которой вы находитесь. Сколько с виду незначительных факторов сложились вместе и на сколько даже маленький негатив в каждом не связанном напрямую моменте в итоге может привести туда, где человек не ожидал оказаться и даже не сможет осмыслить, что было не так.

Мелкие ошибки и негатив накапливаются, сливаясь в поток, который приводит к более ощутимому. Так же накапливается и позитив, вложенный в каждое ваше желание и действие, приводя вашу жизнь к лучшему.

Вот почему на этом пути нет неважных мелочей, стараться быть полноценным и осознанным нужно в каждом моменте, в каждом действии, в каждом желании. Тогда вы постепенно начнёте чувствовать эти ручейки событий и небольших вероятностей, которые сливаются в более плотные вероятности и тенденции, которые уже ведут вас куда-то через события. Своеобразный магический сёрфинг в пространстве желаний и событий, в ходе которого Мир ещё и учитывает не только ваши осознанные желания, но и истинные цели для вашего развития.

Представьте, как вы будете чувствовать себя в детском саду, где все с усилием пытаются решить простейшую задачу по математике, когда вы ещё до того, как задали вопрос, понимаете и сам вопрос и все варианты ответа. Представьте людей, бегающих по лабиринту в поисках выхода, в то время, как вы поднимаетесь над ним и отчётливо видите сразу все взаимосвязи, ловушки путей и варианты решения. Представьте мир, где у всех завязаны глаза и они

пытаются передвигаться методом проб и ошибок, в то время, как вы сразу видите последствия каждого шага, цель пути и можете выбирать маршруты к ней.

Если не видите ответа в себе, возможно вас просто подталкивают на другой путь, который вам важнее. Иногда сложно отличить нужно ли преодолевать возникающие препятствия или это сигнал не лезть дальше. Некоторые события приходят для реализации нашего накопленного потенциала, выводя нас на новый уровень. Или это могут завершаться старые процессы и нужно просто время.

Следите за цикличностью, события, которые проверяют вас, повторяются спустя какое-то время по кругу в разных вариациях, когда вы к ним готовы, ожидая нужной трансформации в вас. В любом варианте всегда посмотрите и поправьте то, что происходящем вы можете улучшить сами, в том числе в себе. И всяческими позитивными мыслями, действиями и настроем помогите Миру наилучшим образом сделать остальное во благо для вас.

Кстати, иногда вы получаете не тот результат или ситуацию, просто потому что делаете не те действия, которые нужно, и более глубоких причин там просто нет. А отличным способом улучшить любую ситуацию, когда вы не знаете, что делать, это просто сделать что-то полезное и хорошее для себя или помочь кому-то, кому вы точно в состоянии помочь, хотя бы даже просто искренне улыбнуться. Вспомните, что, помогая Миру, вы помогаете и себе. Порой даже удивительно на сколько это работает...

Страхи тоже притягивают к вам то, чего вы боитесь, так устроено. Здесь нужен баланс смелости и осторожности. Нельзя и бояться и безумно кидаться туда, где опасно. Смелость — это не отсутствие страха, а умение его понять и правильно преодолеть. В этом помогает глубокий искренний настрой на свой путь к цели, принятие его сложностей и ощущение позитивного светлого движения при этом.

Техники борьбы со страхами и тревогами через наблюдение за ними вы сможете найти сами. Кстати, неосознанный страх не получить желаемое, вместо глубокой уверенности, что это уже готовится для вас пространством, является основной причиной того, что ваше намерение не работает. И нужна не просто уверенность, а полное ощущение, что всё уже так и есть, просто пока не проявлено.

И ещё одним секретом является умение перед этим абсолютно спокойно принять тот факт, что вы по-настоящему готовы обойтись без желаемого, если так будет нужно. Помните, что Мир не

наказывает и не поощряет, он подсказывает, направляет и благодарит, слушая наши глубинные желания и стремления.

Все наши действия, выбор и даже просто желания и отношение к происходящему - имеют какие-то последствия. Подумать о чём-то это почти то же самое, что сделать. Вы создали мысль и выпустили её в пространство. Чем ярче она была и чем больше вы вложили в это энергии, тем сильнее она будет и тем дольше просуществует, получив возможность воплощения и реализации.

Мысль — это такое же действие. Желания отражаются в наших вибрациях и тоже оказывают своё действие на пространство. Хорошо выбирайте о чём вы думаете, к чему стремитесь и как действуете, понимая, что у всего будут свои последствия, которыми будет наполняться ваша жизнь и ваше пространство.

Мир для нас такой, каким мы сами его видим. То, на что направлено ваше восприятие, ваши мысли и желания - то и будет преимущественно восприниматься вами в нём, притягивая аналогичные по вибрациям и энергиям события и состояния, уводя из вашей жизни остальное всё дальше.

И здесь скрыта ещё одна простая, но очень сильная магия. Представьте свой мир таким, каким вы сами хотите его видеть, и он постепенно станет таким. Но, чтобы это сработало, вы так же должны становиться тем, кто находится в таком мире, соответствовать этому состоянию своими вибрациями. А это достигается всё теми же правильно выбранными желаниями, целями, мыслями и действиями. И это двусторонний процесс, который вы можете проходить сразу с обеих сторон.

Ещё одна известная лукавая фраза: “что ни случается - всё к лучшему”. Она провоцирует людей снимать с себя ответственность за свой выбор, не принимать и даже не видеть последствия своих действий и стремлений. В результате чего они теряют верное понимание полученного опыта и не управляют процессом своего развития, у них всё происходит хаотично и зачастую разрушительно.

Мир приводит в вашу жизнь и даёт вам именно то, чего вы на самом деле хотите в данный момент и в чём на самом деле нуждаетесь для развития.

Поэтому даже если вы поступите неверно, ошибётесь, сделаете не лучший выбор - к вам всё равно придёт лучшее, что может быть для вас, но уже в этой ситуации, вызванной вашими выбором и его последствиями! Тогда как при другом выборе ситуация могла быть

более благоприятной и вести к более быстрому результату и развитию.

Поэтому совсем не значит, что можно делать всё, что вам захочется, и это всегда будет к лучшему. Вас всегда пытаются провести лучшей дорогой, но выбор за вами и многие решения будут ощутимо удлинять ваш путь к пониманию и развитию, усложнять его и запутывать. Важно учиться видеть последствия своих решений и понимать ответственность за них.

Действуя во благо, при чём не только ваше личное, пространство может давать подсказки и формировать вокруг вас события, которые без должного понимания своих вибраций, истинных желаний и сделанного выбора, вы даже можете не увидеть.

Может показаться, что это наказание за что-то или наоборот награда. Но всё проще — это инструментарий и возможность для дальнейшего развития и роста. Поняв это, вы научитесь видеть, что вам даётся, уметь ценить это, применять и даже со временем правильно формировать.

Пространство возвращает потраченную энергию и даёт вам новую при самореализации и искренней помощи другим. Постарайтесь ощущать и проявлять себя так, чтобы каждое ваше слово, взгляд или мысль были благословением для окружающих. Это не просто и не всегда будет получаться, не всегда будет нужный ресурс внутри вас для этого. Но если стараться, на вас это тоже отразится и приведёт к невероятным переменам всю вашу жизнь.

Отслеживайте своё состояние. Какие люди делают вас радостней и лучше, какие мысли дают вам сил и вдохновения. Культивируйте хорошее, избегайте плохого. Замещайте негатив, не запрещайте его насильно, не загоняйте в себя запретами, а вытесняйте позитивной противоположностью, которую вы постепенно и с удовольствием развиваете в себе из состояния светимости, как бы пропитываясь этим светлым качеством через свет, который идёт сквозь вас.

Намерение первично и каждое усилие важно! Даже если у вас не получилось, даже если вы пока не знаете как, но уже тянетесь и желаете того, что считаете для себя или других благом — это уже начинает реализовываться, иметь вес и быть значимым в пространстве.

Научившись ценить даже небольшое усилие и даже само желание в себе, вы начнёте это накапливать и видеть всё больше возможностей для реализации и воплощения своих искренних стремлений. Иногда

всё будет происходить даже без вашего прямого участия, реализуясь через вас прямо от Мира.

Научитесь так же видеть эти стремления и желания в других. Даже если они ещё не реализованы, их можно почувствовать. Цените тех, чьи устремления и старания вам близки. Даже не за их результативность, а уже за само желание этого. Это укрепляет и усиливает их в Мире в целом, в том числе и для вас лично. Так личный свет каждого сливается в единый мощный поток, освещающий пространство для всех!

Цените качества других людей, их стремления, а не их достаток, положение и то, что они могут вам дать. Развивайте свои качества для улучшения жизни других существ и всего пространства. Чаще фокусируйтесь на успехах, на том, что хорошего есть рядом с вами или в вас. Сделайте приоритетом не то, какого положения вы достигли и на сколько успешна ваша жизнь материально, а то, какие качества вы развиваете в себе и чем наполняете Мир, потому что это остаётся в итоге.

Возможность такого образа существования не зависит от условий, в которых вы находитесь, это можно развивать в любом моменте и в любом жизненном положении. Вопрос только в приоритетах, которые вы сами для себя выбираете.

Уберите из своей жизни всё, что вам не нужно по-настоящему, это освободит пространство и энергию для вашего истинного раскрытия. Навык подобной независимости постепенно улучшит и условия, в которых вы будете находиться, раскрывая ваш глубинный творческий потенциал и предназначение.

Через творчество и глубинную самореализацию вы даже можете жить так, чтобы вам не надо было работать. Пространство уже позаботилось об этом, вам осталось только научиться к этому прийти своим образом жизни, приоритетами и отношением к происходящему. Потенциально ваши навыки и увлечения вполне могут вас обеспечивать, потому что в каждом есть что-то нужное и полезное, к чему он стремится и что умеет отдавать в пространство лучше других.

Развивайте свои положительные таланты искренне и обязательно найдётся, где и как вы сможете их применить, получив взамен нужные вам ресурсы. У вас не обязательно будет огромное богатство, как у соседа, но Мир даст вам именно ваше настоящее место для развития и позаботится о вас. А самое главное, что вы будете реализовывать то, что для вас действительно важно и близко.

Современное общество так же исказило эти моменты, провоцируя жадность в людях, которая толкает вместо развития на гонку за добычей любой ценой и отбирает саму жизнь по итогу. Многие люди занимаются не тем, к чему на самом деле стремились, живут не так, как им было бы на самом деле хорошо, потому что приоритетом выбран материальный успех и социальное положение. А развитие и реализация при этом пожертвованы ради этого внешнего успеха, хотя как раз они и ведут к полноценному ощущению жизни, а не к пустоте среди роскоши.

Научитесь видеть хорошее в каждой мелочи, в других людях и существах. Старайтесь показать другим их хорошие качества и стремления, этим вы усиливаете их развитие и реализацию. Развивайте это чувство до полного счастья и наполняйтесь этим. Постепенно это поменяет всё и даст ещё большее счастье вам лично и вашему окружению.

Придёт ли к вам успех и богатство в результате такой жизни - будет зависеть от того, на сколько вам на самом деле это нужно. Но к вам точно придёт осознание глубины и наполненности такого существования и это будет всё, чего вам будет уже достаточно и по-другому вы просто не сможете.

**Развитие через опыт**

Даже прошлое можно поменять, если там было что-то, с чем вы не согласны теперь. Для этого даже не нужно менять прошлые события, их и так уже нет. В настоящем они только последствия, которые как-то отразились на вас в итоге!

А это можно увидеть, найти в себе и своём пространстве их следы и поменять. И в текущем и в будущем энергетически это будет равносильно тому, как если бы ваше прошлое было другим, но при этом полученный опыт у вас останется.

Такая практика перепроживания прошлого опыта из более подходящего для этого светлого и сбалансированного состояния, переосмысление этого опыта, ощутимо ускоряет развитие, возвращая вам энергии, застрявшие в прошлом, отпуская его.

Более того, такие преобразования в вас отразятся на всём вашем пространстве, в том числе воздействуя на проявленные последствия в событиях и на людей, которые были вовлечены в это событие в вашем прошлом. Когда ваши вибрации скорректируются это вызовет ответную корректировку всего вашего пространства. Мысленно

посылать в прошлое поддержку, понимание и верные решения - тоже хорошая практика.

Для более глубокого взаимодействия с собой нужно отойти от любых крайностей религий или материализма, понять и признать для себя, что вы существуете не только в виде физического тела. Любое осмысленное наблюдение за собой выведет вас на это ощущение, которое нужно внимательно осмыслить, пересмотрев всё, что из этого следует. Без этого понимания вы продолжите всегда оставаться в тупике понимания себя и своего пути развития.

Посмотрите на свою руку, расслабьте её и задумайтесь над тем, чтобы её поднять, но ещё не шевелитесь. Поймайте границу между решением и действием. А затем скажите телу действовать и внимательно наблюдайте, как это происходит.

Никаким образом невозможно получить завершенную и гармоничную систему всего существующего, происходящих процессов и смыслов, если не разделить себя и своё тело и не понять, что оно из себя представляет и для чего люди воплощаются в разных телах снова и снова. К слову, тело есть не только у человека...

Пока оставим в стороне то, какие процессы сопровождают воплощение в теле и что именно происходит после ухода из тела. Для наших целей сейчас важно только понять, что тело в период воплощения является вашим носителем, но не нами! И одновременно оно является вашей собственной маленькой вселенной, где вы её маленькое божество!

Раньше было общеизвестно, что человек является сочетанием физического “земного” тела и небесной духовной сущности, которая в него входит на период земной жизни. Даже по многим словам можно увидеть, что люди вполне знали, что мы на самом деле такое: “выйти из себя”, “прийти в себя”, “не в себе” и тому подобное.

Отдельный разговор для чего мы засыпаем и какие процессы при этом происходят, зачем мы выходим из своего тела во сне и куда попадаем, если внутри сна понимаем, что спим. Что за волны, на которые переключается мозг при переходе из глубокого сна в поверхностный и куда они идут, с чем связываются.

Мы просто привыкли, что регулярно спим, но так мало задумываемся о состоянии, в котором проводим треть своей жизни, относясь к нему пренебрежительно! А ведь в это время мы не связаны телом и напрямую взаимодействуем с пространством, обрабатываем опыт, получаем подсказки и задачи. Только будучи отделёнными от сознания, мы либо вовсе не помним этого, либо считаем просто

“странными снами”, не считая это такой же частью своего существования!

У тела человека есть различные энергетические поля, через которые в том числе происходит его связь с вами. После рождения мы постепенно учимся управлять этим телом, узнавать его возможности, заботиться о нём. Но живёт оно само по себе, без нашей на то личной воли.

Вряд ли вы будете спорить с тем, что не способны по своему желанию остановить или изменить простейшие базовые процессы, проходящие в вашем теле. Оно непрерывно занимается построением тканей органов, их питанием, взаимодействием между собой. И при этом ещё получает и обрабатывает сигналы от вас, в ответ подавая сигналы вам, чтобы вы могли понимать его потребности.

Люди даже дышат не по своей воле, тело делает это само, пока мы заняты своими делами. А в это время бесчисленное количество клеток внутри нашего тела рождается и живёт в невероятно продуманном и организованном взаимодействии, поддерживая в нём жизнь!

Задумайтесь о том, что клетки — это живые создания, из которых состоит наше тело. Они все разные, их сотни видов, у них есть какая-то своя мотивация делать то, что они делают - поддерживать и развивать их мир - наше тело!

А теперь расширьте это на всё пространство, потому что тело только это некий барьер от внешнего для тех, кто существует внутри нас, но эта жизнь простирается на всё пространство и непрерывна. На микроуровне происходят целые события вполне сравнимые с нашим существованием, только в другом масштабе. Все существа там живут, взаимодействуют, накапливают, отбирают, создают и разрушают, отделяются и соединяются.

Они могут совместно создавать нечто большее вроде нашего тела, либо разрушать то, что создали другие. В том числе, опять же, наше тело. Тут появляются ещё более интересные аналогии почему творчество и созидание считается высшим состоянием человека, а не потребительство и разрушение.

А теперь на время забудьте о том, что есть вы. И представьте своё тело просто элементом такого мира, неким созданным маленькими существами ковчегом, в котором они спрятались от внешней среды, на сколько смогли, и сохраняют там нечто своё. И множество разнообразных относительно сложных организмов, это такие же

создания микросуществ, только они спроектированы с другими формами и свойствами. Каждый строит свой дом так, как видит.

А из внешнего мира к ним постоянно пытаются проникнуть другие, кто-то с пользой, но многие с желанием навредить. И большую часть того, кто проникнет внутрь - определяет тот, кто обитает и управляет этим домом!

В примитивном понимании перевоплощений есть представление, что от того, как человек прожил свою жизнь зависит в кого он воплотится в следующей. Но это именно примитивное и искаженное понимание. Дело просто в том, что существо, которое управляло телом, допустим, клетки, не может управлять управлять телом человека, оно просто не подходит ему! Так же глупо считать, что душа человека может быть в теле, допустим, рыбы.

Есть интересная практика для лучшего понимания этого. Представляйте себя другими существами, пытаясь полностью вжиться в их состояние. Что они чувствуют, как воспринимают окружающее, к чему стремятся....

И тут открывается ещё один уровень глубины, подсказывающий куда ведёт наше развитие дальше, какие совместные глобальные структуры люди могли бы создавать и воспринимать, умея глубоко взаимодействовать осознанно. Ощущение личной божественной роли каждого воплощения в теле, где мы учимся управлять целым миром, а вернее именно взаимодействовать с ним прежде, чем получить более сложный мир однажды!

А представьте какой путь развития вы уже прошли, если читаете это... И теперь подумайте, на сколько глупо жить на этом пути неосознанно, просто следуя рефлексам, примитивным инстинктам и социальным ловушкам, уводящим от понимания настоящей жизни и её глубины! Даже поняв это, вам понадобится время, чтобы привыкнуть жить по-настоящему полноценно это ощущая.

Мы живём всю жизнь, приученные к очевидному факту, что люди постепенно стареют и болеют, а в конце их просто не будет. Но при этом, почему-то, каждый не чувствует себя старым “внутри”. Даже тут мы сами не обращаем внимание на слова, в которых есть простая подсказка. Мы “внутри тела” как раз и не стареем, потому что мы полноценная часть вечности, а тело изнашивается в постоянной борьбе на физическом микроуровне.

И если тот, кто пользуется этим телом, не понимает его, не слушает и не следит, постоянно в стрессах, недосыпает, питается тем, что мало подходит, то существам, которые его создали и поддерживают,

намного сложнее справляться, выдерживая такие условия! А ведь то, что для вас всего секунда микро-стресса, который вы допустили, для них уже целая жизнь в угнетении. Вот вам и секрет долголетия, здоровья и молодости!

Могут ли наши клетки лично осознать, что вы сейчас хотите сделать движение рукой или желаете научиться играть на пианино? Вряд ли... Но они могут почувствовать свою роль в этих процессах, как мы чувствуем свою роль в пространстве, если настроимся на него нужным образом!

Оставим в стороне на сколько эти клетки осознанны и что ими управляет. Для нас пока более важно то, что они очень чувствительны к нашим эмоциям, желаниям, состояниям. Если развить навык понимания и взаимодействия со своим телом достаточно хорошо, можно выйти практически на прямое управление их работой, давать им конкретные задачи.

В простейшем варианте это выглядит как самонастройка, когда вы, концентрируясь на своём теле, мысленно настраиваете его работу нужным вам образом. Медитация - ещё более эффективный вариант для этого.

Важно понимать, что, вводя себя в стресс, негативные состояния, дефициты и искаженные изматывающие ритмы существования, люди перегружают свои клетки, изнашивая своё тело. Гармония с телом - ключ к его здоровому и долгому существованию. Уже есть многочисленные исследования, показывающие то, что давно было известно и так - тело человека стареет в основном из-за стрессов, когда наши клетки подавлены и не могут полноценно воспроизводиться! Вся эта книга и особенно техника в самом конце существенно поможет вам с этим.

Гармония начинается с осознания связи, есть вы и ваше тело, это не одно и то же, но это взаимосвязанные системы на период вашей жизни в этом теле. Тело ваш носитель и одновременно ваша вселенная, где вы единоличное божественное начало, которое может посылать её обитателям благословение или устраивать им ад по своему невежеству.

Клетки тела так же посылают сигналы вам о своём состоянии и своих желаниях, как вы бы делали это в своих молитвах прося от Мира чего-то для себя.
Попробуйте глубоко осознать эту аналогию и постарайтесь научиться их слушать, любить и беречь. И гармония будет

формироваться в вас, открывая вам недоступные ранее возможности и понимание.

Самое очевидное, что следует из этого дальше - ваша энергетика, ваши состояния, ваши мысли и даже то, чем вы наполняете и питаете своё тело — всё это формирует пространство для его обитателей. От того, какими они будут, напрямую зависят их жизненные условия. И только вы можете об этом позаботиться. Учась понимать и заботиться о своей личной маленькой вселенной, мы одновременно начинаем осознавать свою роль и во внешнем для нас Мире.

Теперь соберём всё в целое в упрощённом, но понятном виде. Наше тело образовано клетками - основными живыми существами некого нашего личного мира, которым мы управляем, как его единое божество. Они живут своей жизнью, но умеют слышать наши намерения, чувствовать наши состояния и реагировать на них, посылая нам от себя сигналы обратно.

Внутри этого мира клеток есть и другие существа - бактерии, вирусы, прочие простейшие организмы, которые что-то берут из нашего тела, что-то в него привносят. Клетки образуют живую материю - ткани, из которых выстроены органы - более глобальные сформированные клетками системы, у которых есть своя роль и своё назначение в теле. Это целый Космос прямо внутри нас, который мы даже не пытаемся понять и как-то с ним взаимодействовать!

Знает ли каждая клетка, что она делает и для чего? Может и не знает, но явно чувствует. Клетки, которые теряют свою связь с целым телом и нарушают свою роль являются отклонением от нормы. Потому что разрушают тело этим отклонением. Понимаете аналогию?

Если наше тело пронизано низкими энергиями, тяжелыми и грязными мыслями, забито плохой едой и различными токсинами, среда для его обитателей становится такой, что там преобладают вредители и паразиты, которые портят наше тело и наше здоровье. Просто потому, что им и нравится такая среда, им проще в ней развиваться, чем полезным обитателям тела, которые в ней подавлены и страдают.

Аналогии, конечно, не прямые, но очевидные. Например, тренируя своё тело, мы в некотором роде делаем ему неприятно и даже травмируем. Кто-то в нём гибнет по нашей воле. Но мы знаем, что в итоге это на пользу, если делать всё осмысленно и правильно. Тогда почему же испытания, которые выпадают в жизни, люди так и не

хотят воспринимать, как возможности, которые пространство им создаёт для их развития?

И так же глупо сетовать на то, в каком Мире мы живём, если при этом для своего тела не выделять достаточно внимания, чтобы даже этот Мир, который полностью в нашей власти, услышать и сделать лучше.

Такое отношение даст не только лучшее осознание себя, как системы, но и усилит ваше взаимодействие с внешним Миром, потому что механизмы очень схожи. Вы лучше начнёте понимать, как пространство относится к вам, через какие механизмы может вас слышать и как реагировать. При этом не забывайте, что для пространства вы не наименьшая живая единица, а уже целый отдельный Мир, перед которым у вас своя доля ответственности.

Начиная лучше понимать эти взаимосвязи, вы начнёте видеть, что другие люди — это не просто объекты, у которых можно что-то получить или как-то их использовать. Они отдельные вселенные, которые можно исследовать, обмениваться ресурсами, навыками, помогать развитию друг друга. Любой человек подобен целой вселенной и это не метафора, это важно понять!

Помимо физического, каждый человек наполнен своими духовными качествами, своими пониманиями, опытом, устремлениями и эмоциями. Всё это открывает целую вселенную в любом человеке, которую можно либо грубо и примитивно использовать, как ресурс, а можно с любовью и интересом исследовать, помогать улучшать и развивать, перенимая из его мира в свой и делясь своим. Целая жизнь в нас и целая вселенная в каждом!

Не нужно летать куда-то далеко к звёздам, чтобы путешествовать в невероятных Мирах, если этому немного научиться. Проявляйте себя так, чтобы гости вашего мира получали пользу и заботу, а посещая другие миры оставляйте там хороший след после себя!

Обратите внимание на важную деталь во всём этом. Тело умеет жить без нашего прямого участия, мы только обитаем в нём, питаем и управляем глобально. Реакции тела через нервную систему сами взаимодействуют с нейронной сетью мозга, обрабатывая сигналы и посылая ответы. Мы имеем к этому только внешний доступ для своей доли участия в управлении.

Сама нейронная сеть мозга — это, по своей сути, аналог искусственного интеллекта, система, созданная для эффективной обработки входящего потока данных. А точнее ИИ был создан по этому подобию, но так проще будет сейчас понять. То есть мог это

тоже не мы сами, это очередной механизм тела, созданный клетками. Давайте посмотрим, где же тут мы...

Сознание — это уже шлюз между мозгом тела и нами. Оно может воспринимать как сигналы мозга от тела, так и информацию от вашего духовного начала. Если человек живёт больше ощущениями и потребностями тела, его сознание всё больше сливается именно с телом, примитивизируется и деградирует вместо развития. Если же сознание умеет преодолевать влияние тела и больше сфокусировано на вашем высшем духовном существе, оно более возвышено и свободно для развития.

Вот где ключевой момент в выборе и разнице между тем, погружаться ли в бесконечные удовольствия, становясь больше телом, или открывать канал к связи со своим тонким духовным началом, чувствуют его цели и потребности в проявлении и развитии. А ведь это именно вы и есть. Слышите ли вы себя или стали только телом и проживаете очередную жизнь неполноценно?

В идеале нужен баланс, умение быть настроенным на свою высшую духовную сущность и при этом чувствовать и понимать своё тело. Каждое воплощение мы знакомимся с новым телом, осваиваемся в этом полученном новом мире, который лично наш. Вносим в него сформированные нами ранее качества и получаем новый опыт, который постоянно расширяет и углубляет наше понимание и духовные навыки.

Только такая система способна полноценно объяснить, почему всё устроено так, как мы видим вокруг себя. И религии и науки в своём пределе осмысления неизбежно приходят к пониманию этих же принципов. Наша погружённость в тело не заканчивается в детстве, занимая почти всю первую половину жизни. И только во второй её половине люди чаще всего начинают раскрывать своё сознание для духовного развития, устанавливая связь со своей душой.

Это может ощущаться, как потеря интереса ко всему, депрессия, выпадение из жизни, но это не так и не нужно этому сопротивляться. Вы созрели для нового настоящего опыта, ради которого и пришли в этот Мир. Ваша настоящая жизнь, которую вы раньше просто не замечали за суетой, только начинается.

И это вовсе не только психологические процессы. Чем более полноценной, здоровой и гармоничной была ваша жизнь до этого, тем более полноценно в вашем теле на тонком плане сформировались нужные возможности для перехода к новому этапу развития в этом воплощении.

Начнёт уже в полную силу открываться канал к вашему высшему началу, приходить глубокое понимание всех процессов и смыслов, начнёт развиваться чувствительность и на тонком плане и умение там действовать. Чем более вы готовы, чем больше в вас осознанности, запаса энергии и гармонии, тем ярче, мощнее и полноценнее будут эти процессы.

А современный человек нередко к этому времени уже энергетически истощён, психологически вымотан, его тело находится в печальном состоянии, а его сознание тянется только к прежним удовольствиям и эмоциям. Он будет страдать и злиться от этого перехода, потому что не развивался и не готов к нему. Переход в любом случае произойдёт, но может получиться совсем не гармоничным с высокими шансами, что остаток жизни человек будет просто медленно деградировать, упустив свой настоящий шанс развития.

Поэтому ещё одна нарочно культивируемая в обществе ложная установка - “живём один раз” - целенаправленно уводит от понимания того, что всё как раз совсем наоборот. В каждом воплощении важно жить с пониманием, что это очередной опыт в непрерывном процессе вашего развития. И от того, как вы его используете, проживая свою жизнь, зависит на сколько вы станете лучше или наоборот растеряете часть качеств, которые у вас были, если будете безответственно относиться к своему выбору.

Понимание, что жизнь не заканчивается после того, как мы покидаем своё тело, а продолжается в новых опытах, приводит и к пониманию выбора условий, в которых мы приходим в текущую жизнь. Душа делает настоящий “чистый” выбор воплощения, приходя в те условия, где получит нужный ей опыт для формирования нужных качеств.

А уже после рождения, забыв об этом и находясь под давлением социальной среды и бремени физического существования, человеку часто начинает казаться, что его обделили. Не такая богатая семья, не такое хорошее здоровье или внешность, не та страна, не та судьба. В то время, как на самом деле все эти обстоятельства и являются наилучшим выбранным нами сочетанием возможностей на эту жизнь, которые нужно только правильно увидеть и принять.

И в этом уже есть подсказка, имеющиеся у вас условия уже намекают на предназначение, на то, что в этот раз вам нужно раскрыть, понять и реализовать. С точки зрения человека может показаться, что ваша реализация выглядит не так интересно, сложно, скучно и глупо. Но с точки зрения вечной души, которая уже могла раньше наиграться другими опытами, возможно теперь нужен

именно такой, который будет для вас не так очевиден, но к которому вас тянет и ведёт.

Понимая, что вы живёте в вечности, вы меняете глубинное отношение к своему существованию в каждом моменте. Делая его более ответственным за каждый выбор и воспринимая всё, как опыт и возможность для развития. И становится очевидно бессмысленным каждый раз вместо настоящего развития и реализации тратить силы и время, чтобы гнаться за одним и тем же - деньгами, признанию, социальному вниманию любой ценой. Все те ложные цели и шаблоны, которые навязывает общество, отвлекая от настоящей жизни.

На фоне вечности становится даже не важен ваш биологический возраст, потому что вы были и будете всегда, а это только момент определённого цикла опыта и развития. Как вдох и выдох, у каждой фазы свои задачи и свои возможности, которых нет в других моментах.

Мы приходим в Мир по очереди, вокруг нас множество людей, которых мы раньше знали, любили, были привязаны или обижали. Кто-то из них пришёл ещё ребёнком, когда вы были уже взрослым. Кто-то уже уходил, когда вы только пришли, но успел вам что-то передать. А потом это много раз поменяется и уже вы придёте ребёнком в Мир, где они будут вас ждать.

По завершению жизни душа ярко осознаёт всё это и делает настоящие выводы, выбирая себе следующие обстоятельства жизни, где всё это можно будет поправить, улучшить и сделать глубже. Важно стараться увидеть это в текущем моменте, чтобы снова и снова не пропускать.

Души между воплощениями могут заранее договориться, какие роли они сыграют друг для друга. И если в жизни это может казаться неприятным или даже жестоким и расстраивать, обижать, то в чистом восприятии они заранее понимают, что это будет взаимный опыт.

Когда мы играем в игру, нам хочется, чтобы она была реалистичной. Мы чувствуем, что так проживём её лучше, получая впечатления и опыт. А иногда хочется поиграть даже в негативный опыт, чтобы понять как это. Так и с жизнью, мы играем роли для опыта, но чувствуем всё по-настоящему, искренне страдая и искренне радуясь. Так меняется наша вибрация, запечатлеваясь в нас через такой реалистичный опыт. Попробуйте относиться к жизни, не как к

проблеме, а как к интересному реалистичному приключению, это многое упростит и сделает яснее.

Чем более осознано существует человек, тем мягче проходит его развитие. Ему не нужно слишком ярко проходить через многие ситуации, если он способен меняться через осознание и глубокую внутреннюю работу с собой. Тут есть свои нюансы, но для простого понимания можно считать так. Одним достаточно осознания и глубинного желания поменять себя, другим нужно больше игры и переживаний для того же опыта.

Понятно, что это не всегда получится и даже не всегда уместно, но можно стараться по возможности к каждому человеку, который приходит в вашу жизнь даже ненадолго, относиться с пониманием, что когда-то это был или когда-то будет ваш очень близкий человек. Который и сейчас появился, чтобы что-то подсказать, с чем-то помочь, что-то в вас проявить.

Осознанность существования и ощущение своей роли в Мире приводят к тому, что становится по-настоящему важен выбор целей и способов их достижения. Не просто прожить жизнь, получая всевозможные впечатления и удовольствия любой ценой, как будто после ничего не будет. Важно, чтобы ваши цели и способы движения к ним были достойными вас и того, чтобы жить. Всё остальное тормозит вас в развитии.

Если человек живёт неосознанно, пространство взаимодействует с ним через ситуации. И для развития такому человеку приходится много раз проживать одни и те же ситуации, пока он не сформирует нужного понимания, нужных качеств, чтобы выйти из них к следующим навыкам. Можно сколько угодно игнорировать это, в ответ ситуации просто будут становиться всё более яркими и очевидными.

Мир не наказывает и не поощряет, он помогает вам развиваться, взаимодействуя с вами на том уровне, который вы способны воспринять. Чем более осознан человек, тем лучше он сам чувствует, как нужно делать и к чему стремиться.

И к сформированной ранее картине восприятия важно добавить ещё один момент. Наше проявление далеко не только физическое, это очередное заблуждение, которое людям специально навязали. Мы привыкли считать, что наши мысли это что-то абстрактное, существующее только в нашей голове. Наши желания не видны никому, а наши чувства скрыты, если мы не выражаем их внешне.

На самом деле всё это вполне явственно существует в нашем пространстве. Люди и иные существа с соответствующими навыками, видят это точно так же, как мы видим физическое тело. И тут даже не столько важно, что вас могут “раскрыть”, сколько важно понимать, что даже своими мыслями, устремлениями и своими вибрациями мы создаём или разрушаем в пространстве точно так же, как делали бы это физически.

Это тоже не метафора, это лишь происходит на других планах, которые мы не воспринимаем, но отражается на всём пространстве и на нас самих в самой непосредственной связи. Так, к примеру, мысли буквально существуют, как объекты в нашем ментальном поле вокруг нас, а чувства человека прямо отражаются в его ауре. Желания и стремления тоже непосредственно видны на разных планах, если уметь их увидеть.

При желании погрузиться в эту тему подробнее, Агни-йога и различные энергетические практики вам помогут. Сейчас же целью было показать, на сколько важно осознанно и ответственно выбирать, что вы создаёте даже в своих мыслях, желаниях и устремлениях. Подумал = сделал, мысль пошла работать и воплощаться, дальше всё зависит от её силы и подпитки. Захотел = создал, желания формируют события. Стремишься = подпитываешь.

Рядом с одними людьми растения вянут, у других расцветают. Рядом с одним человеком нам хочется жить и наступает состояние наполненности, в обществе других хочется убежать и заплакать. Зависит от вашей чувствительности и силе источника, но суть такова. Важно следить даже за тем, какие эмоции мы испытываем, о чём думаем, чего желаем.

Тёмные, тяжелые, низкие мысли и желания пропитывают человека и в прямом смысле умеют притягивать к нему подобные энергии, людей, сущностей и события. Очень внимательно относитесь даже к каждой мелочи, которую вы в себе замечаете, фильтруя то, к чему она в итоге вас ведёт на самом деле.

Мысли и эмоции в буквальном смысле находятся в поле человека. Их можно ощутить или увидеть, как сгустки вибраций, найти их расположение, потянуться к ним и взаимодействовать энергетически. Находясь в вашем поле, они своими вибрациями влияют на него, притягивая при этом из пространства близкие себе события, ситуации и состояния.

Каждую эмоцию можно научиться улавливать в себе ещё на моменте её формирования в вашем поле, оценивать на предмет её

созидательных или разрушительных свойств и осознанно менять на нужное вам. Мы — это не наши чувства или эмоции, мы их проводники и носители, а значит можем за ними наблюдать и менять их в себе так, как нам нужно, либо полностью убирать.

Вам не обязательно реагировать на каждую эмоцию, которая возникает, или выражать её, поддаваясь её влиянию. Просто остановитесь, посмотрите на неё, поймите, что это не есть вы сами, а только нечто в вас, и решите, как с ней поступить. Людей приучили, что, когда случается что-то неприятное, нужно нервничать или злиться, и они постоянно повторяют и закрепляют в себе этот шаблон.

А на самом деле это совсем не обязательно, вы можете выбрать абсолютно любую реакцию сами. Например, почувствовать свой внутренний свет и улыбнуться ему.

Постепенно это станет машинальным и ваш эмоциональный фон станет ровным и позитивным, придёт спокойствие, уверенность и наполненность.

Каждую мысль можно так же научиться увидеть в своем сознании, посмотреть на неё, найти её источник в момент появления и принять решение о том, на сколько она позитивна или разрушительна. Важные, хорошие и нужные мысли можно подпитывать вниманием на них, которое высвобождается после того, как остальное вы научитесь убирать из своего сознания, не давая им подпитки.

Конкретные техники вы легко найдёте в различных практиках по контролю мыслей. Обратите внимание на технику Шакти в конце книги. Когда она начнёт у вас получаться, сконцентрируйтесь на пространстве над макушкой головы, мысленно и энергетически раскройте его и ощутите, как сверху “из космоса” к вам идёт тонкая информация от вашей души и пространства, она как бы загружается в ваше сознание. Не пытайтесь сразу начать думать о том, что пришло, продолжайте наблюдать и принимать.

Особенно хорошо это получится сразу после сна и во время медитаций.
Остановив мысли и наблюдая за этим потоком, вы научитесь чувствовать, куда вас ведёт и как поступать. Старайтесь сохранять свою связь с этим потоком весь день, даже во время обычных дел. Поначалу это будет очень непривычно, будет ощущение потери контроля над делами и отношениями, но всё встанет на своё место и вам даже понравится.

Следите, чтобы в ваших словах и мыслях не было негативных вложений и чтобы они не вызывали негативных процессов в других. Помните, что все это вполне реально влияет на пространство и действует на вас в свою очередь. Светлое мышление очищает и укрепляет ваше поле, привлекая к вам позитивные идеи, состояния и события. Старайтесь не причинять вред любым другим существам, если в этом нет необходимости. Даже в мыслях и намерениях.

Понимая, на сколько наши стремления, желания и мысли влияют на пространство, важно не допускать в них хаос, учиться управлять ими так же, как вы управляете телом. Не стоит удивляться хаосе в жизни, если в вашей голове без вашего контроля появляются и живут мысли и образы, которые вы даже не осознаёте, но которые ведут вас куда-то и тащат что-то к вам из пространства.

Научившись видеть свои мысли и осознанно решать каким из них давать развитие, вы освободите и усилите своё сознание для того, чтобы светлые и созидательные мысли могли легко приходить к вам и успешно развиваться до результата, который вам нужен. Вы станете намного более продуктивными и успешными. Так же нужно поступать с чувствами и эмоциями, ими можно и нужно уметь управлять, начав с отслеживания себя.

Постепенно вы начнёте замечать и считывать чужие мысли, чувства, желания и эмоции, порой даже лучше, чем сам их хозяин. И начнёте понимать, что это не ваше, не вы их источник и не вы ответственны за то, как проявляется другой человек. Это его собственный выбор и это не может проникать в вас без вашего разрешения, это вовне для вас.

Если на вас кричат, агрессируют, обижаются или злятся — это чужие посторонние процессы, которые вы можете объективно видеть и воспринимать, как они есть, разглядывая их так же, как когда-то наблюдали за своими. При этом учитывайте, что человек, скорее всего, не умеет видеть их в себе и подчинён тому, что чувствует, не отделяя это от себя.

Очень желательно не врать. Понятно, что нет необходимости любой ценой и не считаясь с обстоятельствами лезть со своей правдой куда попало. Важнее не врать перед собой, учитывать, что сказанные вами слова должны прежде всего для вас же соответствовать вашим намерениям, если вы хотите, чтобы ваше намерение было сильным. Относитесь ко всем сказанному вами, как к тому, что уже сбывается.

При этом даже не требуется быть правым перед другими. Так или иначе вас почти всегда каждый поймёт по-своему. Важно быть в

гармонии с собой в том, что вы желаете, к чему стремитесь и что произносите, провозглашая это. Думая, что внутри себя вы можете быть одним, а остальным показывать другое — значит расслаиваться и переставать быть целостным существом, уменьшая свою силу настоящего взаимодействия с пространством.

Не живите на “автопилоте”, старайтесь осознавать каждое ваше текущее действие и его назначение. А, так же, ваше глобальное самоощущение в моменте и цель вашего существования, которую вы реализуете. Все ваши выборы и действия должны быть осознанными и согласованными с вашим вибрациями и стремлениями. Ваши вибрации будут усиливаться от верного выбора и ослабевать от ошибочных желаний и поступков.

Научитесь концентрироваться на каждом действии, не отвлекаясь на постороннее. И хотя бы периодически смотрите на всё происходящее не сформированными у вас шаблонами, а так, чтобы увидеть глубинную суть процесса или объект в его целостности.

Яблоко может шаблонно ассоциироваться у нас с чувством голода и вкусом, неосознанная реакция на него будет примерно такой. Пройдя глубже, мы начинаем осознавать его в целостности, что это плод, который дало дерево в ходе своего процесса развития, яблоко сформировано из материи, имеет свои свойства и несёт своё назначение, которыми мы пользуемся.

Так же старайтесь делать и с любыми другими объектами и процессами, воспринимая их целостно и глубоко, понимая их источник, назначение, возможные последствия для вас лично и для пространства в целом. Постепенно вы и к себе научитесь относиться осознанно, осмысливая свои процессы и состояния. Начнёте видеть происходящее вокруг таким, какое оно на самом деле.

Точно так же и любое желание, которое вы видите в себе, нужно осознавать и осмысливать, решая к чему оно ведёт, что даёт вам и как влияет на пространство. Позитивные желания можно усиливать, встраивая их в свои вибрации, негативные убирать, постепенно ослабляя.

Важный совет во всех подобных практиках - не пытайтесь сделать это силой воли.
Шансов, что получится не много, а противоположный эффект более вероятен. Лучшим способом является именно спокойное осознание негативного в себе, что лишает его подпитки, и замещение на позитивную противоположность, которую вы намеренно начнёте формировать в себе и подпитывать. Особенно эффективно делать

это из состояния “солнечной улыбки”, глубоко пропитываясь и запечатлевая в себе нужные состояния через ваш внутрений свет.

Формируйте привычки, которые усиливают ваши положительные качества. Грязные мысли, алкоголь и всё, что притупляет сознание, громкая и негармоничная музыка, ругательства и шум, агрессия и другие низкие вибрации - всего этого следует избегать, как разрушителей, они резко настраивают на низкие вибрации, ослабляют ваш канал связи с душой, открывая двери всем остальным разрушительным влияниям.

Задумайтесь какие песни вы слушаете, о чём в них поётся, вы пропитываете себя повторениями этих слов. Часто говорят: “Да я не прислушиваюсь, играет на фоне”. А то, что мы не осмысливаем и принимаем на фоне, идёт прям в нас, минуя защитные фильтры сознания, это буквально прямые установки.

Достоинство и гармония - давно известные основополагающие принципы существования, которые помогают проверить вашу осознанность и понять, на сколько вы на верном пути. Всегда спрашивайте себя, что вы сейчас делаете, чего хотите, к чему стремитесь, почему и ради чего. Если ответом будет просто “потому что так хочется”, это не самый лучший вариант. Сверяйте на сколько ваше существование гармонично и достойно того, чтобы жить.

Если в ответе вы увидите, что за вашими намерениями или желаниями стоит пустое или недостойное, их следует пересмотреть. Нет ничего дурного в выгоде, радости или удовольствии, которые можно получить после достойного выбора. Но если вы делаете дурной выбор ради выгоды, это недостойно того, чтобы так жить и значит недостойно вас.

Критерием же всегда будет осознание того, на сколько вы вредите или помогаете пространству и всем существам вокруг себя, в том числе своему внутреннему миру. Развивайте способность делать что-либо не потому, что так легче, удобнее и приятнее, а потому что так лучше.

Всё сразу не получится, заставлять себя на этом пути нельзя, этого нужно захотеть и постоянно стремиться к тому, чтобы у вас были только светлые желания, светлые мысли и светлые поступки. Тогда и вся ваша жизнь и ваше пространство начнёт наполняться светом, привлекая и соответствующие события. Уберите контроль и оставьте внутреннюю уверенность в движении к цели.

Людей очень стараются убедить в том, что искусственный интеллект их превосходит - он шире, быстрее, умнее. Но на самом деле он

шире, но абсолютно плоский и его ум лежит лишь в плоскости логики и вычислений. Он абсолютно лишён глубины, духовной связи с пространством, вибрации и свечения. Он абсолютно синтетический, в отличие от человека.

Продумайте так же своё питание, на сколько оно чистое и полезное, укрепляйте себя физическими и умственными тренировками, чтобы не идти на поводу у слабостей, умея преодолевать неудобства на пути развития. Это избавит вас от соблазнов пойти по простому пути, поступившись важным.

Внимание к телу, забота о себе во всех смыслах, чистоплотность и опрятность пусть сопровождают ваше существование в каждом моменте. Пространство вокруг вас должно быть свежим, чистым и ухоженным. Внутри вашей души и вашего сознания нужно привести всё в аналогичное состояние, потому что это такие же слои вашего пространства, так же влияющие на вас.

Следите и за тем, как звучит ваш голос, на сколько он гармоничен и какие слова вы используете. Потому что голос и слова тоже имеют свою вибрацию и несут её в пространство, формируя образы и в итоге влияя на ваш образ мыслей в целом, ваши желания и стремления, на ваши глубинные вибрации. Светлая, осмысленная и наполненная теплом и созиданием речь, будет проникать вас в первую очередь, потому что она более всего пропитывает именно вас, рождаясь внутри вас.

Потребуются усилия, время и терпение. И когда всё это понемногу начнёт у вас получаться, вы всё больше будете хотеть ещё большего света и чистоты в себе и вокруг себя и процессы пойдут намного быстрее и более глубоко. Возвращаться к прошлому существованию вам уже даже не захочется. И постепенно вся ваша жизнь начнёт меняться под ваши новые вибрации.

Ваша жизнь не бессмысленна даже если вы не совершили подвигов, не сделали открытий и не создали семью. Не нужно в стрессе любой ценой гнаться за подобными достижениями, к которыми социальная среда нарочно толкает людей, загоняя в стрессы и депрессии. От того, как вы проведёте эту жизнь, будет во многом зависеть, какими будут следующие.

Состояние счастья достигается в гармонии с вашим внутренним миром наедине с самим собой и пространством. Спешить некуда, впереди вечность и бесчисленные возможности для развития и творчества в каждом моменте уже сейчас. Научившись жить в этом

состоянии гармонии, наполненности и счастья, вы сможете глубже взаимодействовать с другими людьми и любить понастоящему.

**Любовь и чувства**

Не нужно искать чью-то душу только для того, чтобы закрыть дыру в своей… Прежде, чем искать отношения, научитесь быть в балансе и комфорте наедине с собой и своим миром. Тогда вы будете в отношениях не потому, что не можете без кого-то или боитесь одиночества, а потому что вам есть что дать другому человеку, потому что вместе вам ещё лучше и вы развиваетесь, делая лучше друг друга.

Любовь к себе это не про эгоизм, как часто от не достаточного понимания люди пытаются это реализовать, а про умение войти в состояние счастья, которое способствует вашему свечению, развитию и реализации. Любовь к другим это глубокое внутреннее желание этим состоянием делиться, создавать пространство для их счастья, где оно может раскрыть всё это ещё ярче. Подумайте о своих любимых, какие желания у вас возникли при этом?

Чувствовать себя живой… Так девушки часто пытаются объяснить, что для них любовь, для чего они ищут внимания и близости. За этими словами находится неосознанное ощущение тонких и приятных, наполненных жизнью потоков энергии, которое идут к вам и которые раскрываются в вас в то же время. Это связь с пространством через другого человека, которую люди не умеют обычно создавать по своему желанию в обычных условиях.

Девушки чувствуют её особенно ярко, но и у мужчин есть похожие процессы и ощущения. Эти состояния дают яркие чувства, запуская в людях мощные процессы энергообмена и формирования энергетических связей. В итоге люди принимают за любовь своё природное влечение, психологическую привязанность, созданную энергетическую зависимость, привычку давать одни энергии партнёру, получая от него другие. Всё это даёт эмоции или заполняет пустоту.

Но всё это не любовь на самом деле, фраза: “жить без тебя не могу” — хорошо это демонстрирует. Любите ли вы самого человека или ваши личные проекции на него и то, что он вам даёт? Каждый человек — это целый мир, со своими чувствами, желаниями, целями, стремлениями, свойствами, навыками и процессами. Относитесь с ответственностью и любовью к этим мирам во всей их полноте, тогда вы приблизитесь к пониманию.

Любовь проявляется через искреннее желание блага другому, умение и желание создавать и отдавать ради этого. Она не требует обладания, взаимности или даже присутствия рядом, она просто идёт через вас в пространство. В читом виде она не имеет романтического или сексуального оттенка и направлена на само существо, не привязываясь к его внешним свойствам и к нему лично.

А уже это полноценное чистое состояние любви люди смешивают с остальными процессами и состояниями, романтизируя и сексуализируя. И каждый в меру своего восприятия может назвать такие свои чувства любовью, увидев их посвоему. Часто при этом начинается взаимная или односторонняя игра с соперничеством за обладание, контроль и приручение к себе и своим желаниям. По сути - неосознанное превращение партнёра в удобный ресурс.

Ценить и принимать - вторая сторона, где появляется благодарность и принятие любви, что делает её ещё более полноценной и гармоничной. Благодарность не за то, что нечто было сделано, как вам нравится и приятно. И тем более не за материальные ценности или выгоду. А за само желание сделать хорошее!

Одинаково ценным может очень дорогой подарок или простая улыбка, если в основе искреннее желание сделать вам благо. Если это желание есть в вас, оно не зависит от обстоятельств, возможностей и ваших действий. Оно уже действует само через вас в пространстве на благо тому, к кому направлено. Ваше личное активное участие становится скорее вопросом возможностей и уместности.

Не всегда есть возможность выразить любовь дорогим подарком или каким-то ярким поступком. И не всегда это уместно, даже если такая возможность есть. Делать подобное нужно именно ради блага, а не для чьего-либо удовлетворения или вашего хвастовства. Нужно уметь одинаково ценить и принимать с искренней внутренней благодарностью и улыбку и дорогой подарок, если вы понимаете, что их источник один и тот же - желание другого человека сделать для вас благо.

Любовь и забота, благодарность и принятие - основа гармоничных отношений, куда дальше вы можете добавлять уже что-то, что хочется именно вам, вкладывая свои смыслы и цели. Важно не захватывать и не принадлежать, а гармонично дополнять друг друга, не теряя личного баланса и не нарушая баланса другого человека. Отдавайте себя любимым искренне, но не теряя себя при этом.

Давать не взамен чего-то и не ради взаимности, а ради блага и развития. Формируйте благоприятную среду для развития вокруг себя, вокруг любимых, вокруг своего окружения — это лучшее, что вы можете дать любимым людям.

Старайтесь распространять любовь и заботу не только на близких, но по возможности и наличию сил на всё окружающее. Вспомните, что пространство заботится о вас, а значит Мир вас любит. И вы можете это почувствовать и отблагодарить его принятием этой заботы. И любить ещё глубже, проявляя заботу обо всём вокруг, а не только о себе или своих близких. Это многократно усиливает эффект взаимодействия. Чувствуя вашу благодарность и принятие такой любви, пространство будет понимать, что это действительно было вам нужно и ценится.

Постепенно пропуская свою любовь через такое восприятие, вы начнёте хорошо понимать, что это не состояния влечения или привязанности к кому-то, а целое огромное поле энергии, которое пронизывает вас и всё пространство. И вы можете его принимать в себя и направлять к другим. Когда вы искренне делитесь своим светом и любовью, у вас их не становится меньше, а их сила в вас возрастает.

Не нужно уравнивать вложения в отношения, важно каждому искренне стараться дать другому всё, что вы способны, ради его блага и развития. Вы не обязательно будете равны в своих возможностях, но можете быть равны в желании и стараниях и этого будет достаточно. Стараться, чтобы любимый человек получил лучший опыт рядом с вами, который нужен ему для развития.

Первичной должна быть ценность личных качеств человека, его устремления и желания, а не его внешние атрибуты, способности и материальные ресурсы. Спросите себя становитесь ли вы лучше с любимым человеком и становится ли он лучше рядом с вами.

Любить, это не просто спрятаться у кого-то на груди, когда тебе плохо. Тебе хорошо, ты светишься и взлетаешь. И хочешь, чтобы любимый человек тоже почувствовал это счастье вместе с тобой. И в идеале это чувство могли бы разделить все люди. Но, чтобы любить всех, нужно много силы, и чтобы у других она так же была для вас и для всех остальных. В эгоистичном мире дефицитных людей это сложно, поэтому ты выбираешь кого-то одного и отдаешь ему себя.

Отдавать — это совсем не только в материальном. Внимание - одно из самых ценных, энергетически и ресурсно затратных проявлений любви и заботы. Именно поэтому большая часть действий людей так

нацелена на получение внимания к себе всяческими способами и уловками.

Девушки красиво одеваются и всячески улучшают свою внешность, нарочно делая акценты на инстинктивно привлекательных частях тела. Мужчины демонстрируют свои возможности, положение и ресурсы. Подростки гоняют на машинах с излишне громкой музыкой и открытыми окнами. Дети в компании стараются кричать громче остальных. Всё для привлечения внимания.

Внимание — это ресурс и энергия. Когда вы думаете о ком-то, вы направляете ему энергию. Люди не привыкли это понимать, но отлично это чувствуют. Социальная среда нарочно выстроена так, что наиболее простым и главным источником энергии является чужое внимание.

В нормальных условиях человек способен получать энергию напрямую от пространства через гармонизацию себя с ним. Но когда нас нарочно бросают в социальный вакуум, энергию интуитивно проще всего брать у других. Это зачастую и развивает всяческие искажения в отношениях, энергетический вампиризм и зависимости. Многое из этого путают с любовью.

Понаблюдайте за тем, как ведёт себя рой мошек. Они нарочно собрались вместе и клубятся облачком, чтобы взаимодействовать. Люди точно так же собираются в клубы с теми же целями, сопровождая это атмосферой и алкоголем, располагающим к более раскованному поведению. Идёт обмен вниманием и поиск партнёров. Наше тело хочет продолжить себя, воспроизвестись и распространиться. Оно подаёт сигналы и с определённого природой возраста людей начинает тянуть к другим с этой целью, что часто так же принимают за любовь.

У тела есть свои механизмы, по которым оно умеет чувствовать подходящего партнёра, сочетающегося с ним по биологическим параметрам. И мы начинаем испытывать влечение, зачастую не умея и даже не пытаясь осознать его и тем более управлять им осмысленно. Чем менее развит человек, тем больше его ведёт по жизни именно эта биологическая составляющая. А с другой стороны нас тянут к другим наши чувства, которыми мы тоже мало умеем владеть. В такой ситуации остаётся совсем немного простора для проявления настоящего себя и настоящей любви.

Вспомните выражение “питать чувства”, подумайте, о чём оно. Когда-то люди были более осознанными и создавая язык, которым мы теперь просто пользуемся по привычке, вложили в него смыслы,

описывающие происходящее достаточно глубоко. Протягивая свои чувства к кому-то и отвечая на чувства других, мы создаём с ними энергетические каналы, по которым происходит обмен энергией. Какие-то энергии мы получаем, какие-то отдаём, а какие-то и просто отбираем, подпитываясь или сливаем, чтобы почиститься!

Развивая осознанность, умение видеть и понимать себя, мы сами можем выбирать к кому развивать и насыщать чувства, а к кому не надо их даже протягивать. Вы сами подпитываете каналы энергетических связей, если направляете туда энергию, протягивая внимание к человеку, принимая его энергии, мысли и эмоции в себя. Так же чувства могут рождаться и жить только в нас, не связанные с кем-то лично, формируя наши эмоции, влияя на нашу энергию и прося выхода в пространство.

Эмоции идут от тела, чувства от души. Чувства формируются, напитываются и укрепляются точно так же, как могут ослабевать и исчезать. Этим можно и нужно учиться управлять по своему выбору, делая это осознанно, а не страдать от бесконтрольных энергетических связей, которые делают с вашим тонким телом и психикой неизвестно что.

То, к кому и почему вас тянет, что вы с этим делаете - вы можете полностью определять сами, а не быть ведомыми инстинктами и примитивными влечениями. И тогда ваш выбор, ваши действия и ваше взаимодействие с другими людьми будут намного гармоничнее и глубже. Вы научитесь не привязываться и не привязывать, ценить, принимать и любить по-настоящему, понимая себя и других.

Если вы научитесь отслеживать и управлять своими чувствами, выбирать какие развивать в себе и какие направлять к другим, вы даже сможете быть в состоянии счастья, которое точно так же можно создать и развить в себе по своему желанию. И только из этого состояния вы поймёте, как можно любить понастоящему, делясь им.

Все мы любили не один раз, считая это каждый раз искренним, настоящим, самым важным. Но по факту просто распределяли во времени естественное умение и стремление любить других, только ограничиваясь одним человеком в одном временном периоде.

Но где теперь та любовь? На сколько она сильна в вас сейчас и как проявляется? После того, как вы полюбили следующего человека, вы разлюбили прошлых? Тогда какая же это была любовь? Настоящая любовь остаётся даже если вы по каким-то причинам уже не вместе. Люди нередко ловят себя на противоречии того, что любят сразу

двоих, считая это не нормальным. Но почему любить по очереди это нормально, а одновременно нет?

Верность любимым проявляется не правилами или запретами, которые соревнуются в вас с инстинктами и влечением, а через сохранение ценности партнёра и настоящей глубокой любви к нему. Здесь и открывается простое и глубокое понимание того, как можно по-настоящему любить не только одного человека в один и тот же момент времени, что для этого нужно и что из этого следует...

**Отношения**

Внимание — это огромный источник возможностей в обществе, что особенно влияет на молодых девушек, которых очень легко подтолкнуть к мысли, что они ценный ресурс. Потому что подтверждение этому они постоянно видят вокруг себя в жизни.

И во многом это действительно так. Женщины - носители энергий и психических возможностей, которые естественным образом нужны мужчинам. Это энергии земли и природы, питающие и дающие жизненную силу. Но и мужчины тоже имеют свой ресурс материальных возможностей и свои энергии, которые идут от неба и творчества создателя. Женщина даёт жизнь, мужчина её творит. Гармоничное взаимодействие этого приводит к целостности.

К примеру, мужчине нужна женская слабость и нежность, для формирования его силы и стойкости. От природы мужчина приспособлен добывать и защищать, но это мешает ему достаточно развить такие противоположные качества, как чуткость и нежность, что в отношениях и компенсирует женщина, принося баланс. Сама же она при этом нуждается в том, чтобы ее защищали и снабжали ресурсами. Это естественно и, если этого не понимать и игнорировать, вести себя в отношениях не гармонично, не учитывать своей роли, начнутся искажения.

Женщина может завести себе питомца и этим частично закрыть свою природную потребность заботы о чём-то маленьком и слабом. Мужская потребность заботы для своей реализации требует других людей - женщины и семьи или общества в целом. Питомца ему просто не хватит по его природе, он рассчитан на другие масштабы и роли. А развивать и реализовывать себя через связь со своим внутренним и внешним Миром, через общество - их никто не научил. Их мужская энергия творца застаивается и давит на них, не находя гармоничного выхода.

Женщины совершенно ясно чувствуют свою женскую энергию, и что она нужна мужчинам, в отличие от которых они уже научились воспринимать её, как реальность. Но этой энергии нужна мужская опора и забота, чтобы она оставалась гармоничной и была направлена на внутренний мир отношений семьи, питала и балансировала его.

В современном обществе выжить настолько легко, что мужчина уже не так нужен, как это было раньше. Роли сдвинулись и женщины начали злоупотреблять этим преимуществом, хорошо его ощущая, иногда даже к своему удивлению.

Но даже теперь, когда женщина пытается взваливать на себя все заботы сама, она перегружает свою психику, которая приспособлена для иного, истощается или теряет часть своих природных качеств. Такова среда, где добываются ресурсы, там действуют мужчины, и она требует других энергий, которые они всегда имели и развивали, при этом имея дефицит и потребность в женской теплоте и ласке взамен.

Именно поэтому многих мужчин интуитивно тянет к истеричным и неуравновешенным женщинам - там много женской энергии, через край, и они это чувствуют. Только не понимают, что это искажённая и не гармоничная энергия, которая больше разрушает и эту женщину и самого мужчину рядом с ней, не имея потенциала. В то время, как женщина, которая не разрушает, а наполняет своего мужчину, всегда будет желанна и нужна ему.

Если женщина начинает конкурировать с партнёром за лидерство, перегружать эмоциональную среду семьи, она ослабляет его этим. Вместо отдыха и подпитки, которые нужны мужчине для успешного проявления во внешнем Мире, чтобы выдерживать нагрузки и его давление. Начинается дисбаланс и разлад в семье, гармония уходит.

Банально, но в целом так и есть, у каждого пола своя роль и свои нужные для этого качества. Можно пытаться поменять свою природу и у кого-то это даже будет получаться, но нужно понимать, как и почему всё устроено изначально. Гордиться званием “сильная женщина” — это, по сути, как гордиться, если бы тебя назвали “слабым мужчиной”. Нас просто нарочно приучили, что первый вариант звучит гордо.

Иметь силу это конечно хорошо, но не искажая при этом свою природу. Сильная женщина скорее не та, кто может выйти с топором в поле и отобрать кусок мяса у мужчин, а та, которая имеет силы достойно и гармонично реализовывать свои женские качества,

помогая мужчине развивать и проявлять свои. Речь не о том, чьё место на кухне, а о том, какие энергии вы проводите и на сколько они свойственны вам по природе.

Мы интуитивно привлекаем друг друга естественными дополняющими качествами, соединяясь в целое. Если женщина теряет свою слабость или мужчина свою силу, они интуитивно становятся менее привлекательными для противоположного пола. Развивайте те качества в первую очередь, которые свойственны вашей природе, и не пытайтесь в отношениях забрать роль партнёра себе. При этом цените качества и роли друг друга, понимая и взаимные слабости и вклад каждого в ваши отношения.

Мужчине так же важно принять свою роль и учиться заботиться о материальном состоянии семьи, защищать её, развивая для этого свои навыки, силу и характер.  При этом уметь быть благодарным своей женщине за то, что она вносит в отношения свои мягкие энергии, балансирующие и питающие изнутри.

В крайних ситуациях мужчина жертвует собой, прикрывая семью и свою женщину, это тоже часть его функций по его природе. Но для такого проявления мужчине важно чувствовать, что он готов на всё ради своих любимых и близких, ради чегото более важного, чем он сам.

А в обществе сформировалось молчаливое согласие большинства о том, что самое важное - придать себе хороший товарный вид, чтобы получить больше внимания и лучшие предложения, поиметь выгоду и удовольствие с других для себя. Это становится важнейшим наполнением жизни. И люди, сами не замечая, отказываются от части своего человеческого достоинства, став в некотором смысле просто товаром и ресурсом друг для друга.

Дополнительный фактор перекоса ценности в сторону девушек в том, что биологически её природные ресурсы короче во времени, а сами процессы, связанные с продолжением рода, проходят многократно дольше, чем это требуется со стороны мужчины. Для мужчины войти в отношения и выйти из них без последствий намного проще, отчасти брачные обязательства были придуманы, чтобы это компенсировать.

К тому же мужчина биологически может иметь продуктивную связь с несколькими женщинами, что все интуитивно считывают, многократно усиливая ощущения дефицита женщин по сравнению с мужчинами.

И такой естественный повышенный спрос в обществе на девушек существенно повышает их самооценку по мере того, как они это чувствуют и понимают. Им начинает подсознательно казаться, что всё вокруг создано и происходит именно ради них, они центр внимания всего Мира, из которого к их ногам сыпятся бесконечные комплименты и ресурсы. Это очень кружит голову, но это огромная и опасная иллюзия.

В условиях кажущегося безграничного изобилия вариантов, всеобщей социальной развращенности и массовой доступности каждого и для каждого, теряется способность видеть и ценить конкретного человека!

Если девушка заиграется в эту игру, которая очень кружит голову, по мере неизбежной усталости психики от такой роли объекта добычи для мужчин и по мере снижения социальной привлекательности, на которую она привыкла полагаться, она рискует попасть в очень неприятную ловушку.

Важно не прожигать свой ресурс в веселье и поглощении внимания, которые конечно напитывают, а развиваться и ответственно реализовывать его, не попадая в заблуждение, что так будет всегда. Ходить по клубам, собирать внимание и ресурсы мужчин, проверять, кто на тебя клюнет, сколько их будет сегодня, что они предложат...

Подпитывать свою самооценку через биологическую востребованность, чувствовать себя живой через набор мужской энергии — это очень примитивный способ существования с очевидным истощением женской энергетики вместо её настоящего раскрытия.

Собирая в ходе таких отношений множество партнёров, и мужчины и женщины ошибочно считают, что чем больше опыта, тем лучше. Они начинают брать разные качества от каждого и встраивать их в свои ожидания от всех последующих отношений, привыкая, что это нечто подразумевающееся.

Становится всё сложнее находиться в отношениях, где постепенно ожидаются все лучшие качества всех, с кем вы были раньше. Начинается обесценивание, одновременно с которым вторым последствием “опытности” является накопленные с прошлыми партнёрами психологические искажения.

К тому же яркая жизнь притупляет настоящие глубокие чувства, забирая у людей энергию на поверхностные эмоции, а тело привыкает к большому количеству гормонов от этих эмоций, которых нужно ещё больше, чтобы продолжать “ощущать себя живым”. В

семейной жизни такого потока ярких эмоций долгосрочно не найти. А к этому будет уже тянуть по привычке, мешая гармонии в семье, способности находить баланс в отношениях и ценить партнёра.

Последствия этого могут тянуться через очень долгое время, скрываясь даже от самого человека. Желание энергии чужого внимания, желание нравиться и привлекать к себе ради неё, легко могут сформировать зависимость. Нередко те, кто в молодости получал много эмоций от внимания, склонны разрушать семью даже через прожитые вместе годы, пытаясь хотя бы ещё раз получить эти ощущения, когда семья уже насытила природные инстинкты.

И люди не сами это придумали, их заманили и приучили к этому многочисленные фильмы, шоу, соцсети, куда нарочно вбрасываются такие шаблоны поведения и примеры с обманчивой успешностью и разрушительными последствиями по факту. И уже можно увидеть, что для большинства это превратилось в банальную торговлю собой в том или ином смысле, которая становится всё более примитивной и навязчивой с ростом конкуренции.

Девушки откровенно и специально одеваются и ведут себя так, чтобы подчеркнуть то, что привлекает мужчин, сами максимально сексуализируют себя, откровенно соблазняя внешностью и выставляя себя на витрину. А потом обозначают за это цену в том или ином виде, либо те условия в отношениях, на которых мужчина всё это получает. Либо вовсе просто просят финансовый эквивалент в нужных им ресурсах "здесь и сейчас".

Мужчины постепенно подсознательно начинают относиться ко всем женщинам с точки зрения их цены и соотношения затрат к удовольствию. Да и женщины к себе так же. Даже те, кто изначально этого не хотели, вынуждены подстраиваться под конкуренцию и демонстрировать себя всё ярче или терять заметность.

В итоге всё сводится к тому, чтобы просто привлечь, заманить друг друга и использовать, потому что за этим фасадом иллюзий и притворства теряется настоящая глубина человеческого отношения и способность вообще видеть за внешностью самого человека, даже самим в себе.

Мужчин и женщин нарочно противопоставляют друг другу, показывая каждому, что его обесценивают и повторяя: “ты стоишь большего!”. В результате делается ложный акцент на эгоизм и разделение. Вместо того, чтобы учить ценить своего партнёра, заботиться о нём, и совместно, искренне, искать глубокую гармонию в отношениях, понимая роль каждого в этом процессе.

Вместо того, чтобы спорить кто кому и что должен давать, вспомните, что быть счастливым можно только настроив это внутри себя и будьте искренны в желании делиться этим состоянием с любимыми. Из такой позиции отношения будут наиболее гармоничными, если каждый будет стараться так делать и понастоящему ценить старания другого.

Фиксация на внешности — это ещё одна нарочно навязываемая ловушка, отвлекающая людей от умения видеть и ценить внутреннюю красоту, качества человека, его стремления. Внешняя красота биологически обоснована и важна, но нельзя всё сводить только к ней. Научившись это видеть, вы сможете заглядывать в души людей, понимая их настоящую сущность.

Представьте себе каких-нибудь кузнечиков, которые старательно красят лапки, увеличивают себе крылышки и максимально подчеркивают внимание к своим хоботкам, чтобы казаться более привлекательными. Вам станет забавно и одновременно намного понятней то, как ведут себя люди в этой сфере.

Искаженная форма отношений нарочно навязывается и поощряется. А параллельно с этим уводится внимание от любых нормальных альтернатив, которые принижаются, высмеиваются, просто игнорируются. Люди показывают друг другу несуществующую маску, свои поддельные демо-версии, ради нужного эффекта, поднятия самооценки за счёт других, вместо развития реальной ценности себя. Расслаиваются и становятся двуличными, теряя себя.

Женская нравственность здесь изначально важнее и ее отсутствие в первую очередь инициирует этот замкнутый круг. Потому весь медийный удар в первую очередь наносится именно по женской половине, уводя их от природной теплоты, гармонии, любви в сторону разрушительного для всех сторон потребительства. К тому же женщины от природы более чувствительны к социальным стандартам и на них проще влиять в этом смысле.

Мужчины вторичны в этой цепочке искажений в отношениях. Они попали в свою ловушку, получая последствия в виде потери своей роли и своей силы, становясь просто не нужными в подобных условиях. Это выражается в том числе в их моральной деградации, пустоте в жизненных смыслах и либо постепенному самоуничтожению в различных вариациях, либо попыткам мимикрировать под нечто аморфное и бессмысленное, развивая женские энергии в себе, не получив их извне.

Оба варианта разрушительны по своим последствиям для всех, противопоставляют мужчин и женщин друг другу, разделяют и уводят людей от гармонии, любви и заботы к эгоистичному использованию других ради своего удовольствия и выгоды. Мужчина, который видит или хотя бы просто чувствует, что женщины в прямом смысле сделали из себя ресурс, теряет важные природные качества и тоже постепенно разрушается, не находя себе применения.

Мужчине сложно строить нормальные отношения, когда он проигрывает тем, кто принимает такие “правила игры”, просто пользуется женщиной и может позволить себе любые средства для достижения цели, не думая о последствиях. Притвориться, обмануть, обольстить пустыми комплиментами, напоить и соблазнить любой ценой - на короткой дистанции это гораздо проще даёт результат и отбирает внимание женщин на себя.

В это же время фокус внимания мужчин со светлого, нежного и возвышенного восприятия женских качеств нарочно и умело смещают на примитивную похоть и пошлость. Массовая подача женского тела, как источника удовольствия и награды для мужчины, всевозможная пропаганда мыслей об этом, делающая из женщин просто тело, чему они сами начинают вынужденно, но с удовольствием подыгрывать. Потому что для них мужское внимание тоже ассоциируют с успехом и приучают получать его любой ценой.

И вместо любви и заботы мужчины постепенно и часто неосознанно видят в женщинах ресурс для удовлетворения, который так же стремится просто использовать их в свою очередь взамен. Логически мы можем это даже понимать, но подсознательно это постепенно делает своё дело и расчеловечивает всех!

Нет плохого в том, чтобы любить своё тело и наслаждаться его возможностями. Как нет плохого в том, чтобы есть пищу с удовольствием. Но если начинать жить этими удовольствиями, давать им собой управлять, вы сместите фокус внимания на тело, забыв о себе и очень сильно опустившись в осознанности жизни.

Если жить страстями тела и эмоциями, для получения удовольствия от этого постепенно будут требоваться всё более жесткие и более изощрённые способы, забирая силы и ваш потенциал.

Люди понимают, что что-то не так, столкнувшись уже с глубокими последствиями.
И даже тогда мало кто может понять, что к ним привело. Все эти процессы так же расчётливо и цинично управляются и поощряются

извне, разрушая людей в целом, уводя их от здоровых естественных проявлений в искажения!

Разумеется, всё намного сложнее, это лишь наиболее яркие примеры. И мужчинам и женщинам лучше всего начинать отношения будучи уже целостными, формируя себя с детства, начиная из семьи, где этому учат и прививают. Либо, стараться становиться целостными находясь уже в гармоничных отношениях и помогая друг другу к этому прийти.

К тому же надо понимать, что со временем люди открывают даже сами для себя свои новые грани, меняются. И становится ещё более важным это умение принимать партнёра полноценно, а не только таким, каким он был удобен или нравился в моменте.

В молодости людей тянет собираться вместе, общаться, веселиться, делиться впечатлениями. Это даёт выплеск энергии и эмоций, чувство чего-то большего вокруг себя, а потом происходит все реже, уже не так ярко и постепенно вовсе исчезает...

Всё потому, что кроме социальных функций и энергоинформационного обмена, это естественная потребность и способность людей совместно становиться чемто большим и единым психологически и энергетически. Только реализована и направлена эта потребность, опять же, в ложные и деструктивные проявления.

Всё организовано так, что происходит это обычно по ночам, вместо отдыха, который нужен телу, чтобы оно не истощалось. Сопровождается алкоголем и низкими вибрациями, как в музыке, так и в проявлениях присутствующих. Все друг друга энергетически вампирят и засоряют. Да и само пространство ночью энергетически нацелено на отдых, а не на активность, что вносит свою дисгармонию в происходящее.

Всё это постепенно истощает вместо того, чтобы наполнять и возвышать, как в идеале должно действовать нормальное полноценное общение людей. И с возрастом у большинства интуитивно теряется к этому тяга, уже нет столько энергии, чтобы вливать её снова и снова в такую пустую по итогу имитацию единения.

## Секс

В этой теме искажений не меньше и начинается всё с того, что с детства всех приучают этого стыдиться, формируя неверное отношение к самой сути. С возрастом люди привыкают, что это что-

то приятное, но запретное, о чём, по какой-то причине, нельзя знать детям. А почему это запретное и почему нельзя, толком никто даже и не задумывается.

Самое основное, что все усвоили - нельзя делать это с кем попало, чтобы не заразиться. Ну или хотя бы предохраняться. А о том, какой мощный энергообмен происходит во время секса и к каким процессам и последствиям в теле он приводит, даже если не было никакого контакта биологических жидкостей - этого людям нарочно не рассказывают.

Детальное описание всех аспектов можно найти в соответствующих источниках по тантре, энергетике и тому подобных. Но минимальное, что важно базово понимать всем, во время секса тела партнёров энергетически глубоко связываются и перестраиваются друг под друга. Особенно женское тело, которое по своей природе через этот процесс начинает настройку на будущее потомство от этого человека и принимает в себя его свойства, перестраивая себя!

Каждый партнёр женщины оставляет след в её теле и энергетике, что будет влиять на её детей. Более яркий и более новый по времени оказывает более сильное влияние, но не убирает остальные полностью, даже если секс был “защищенным”, как принято говорить.

Эффект телегонии при обмене биологическим материалом во время секса, а, так же, информацию о том, что первый партнёр женщины является проводником своего рода для всех её детей от любых мужчин после него, сейчас даже оставим в стороне. Достаточно и того, на сколько влияет энергетическая связь, которая очевидна.

Наука признала, что женщина наиболее эмоционально привязывается к мужчине после секса. Но пока ещё не связала это с энергетикой и намного более глобальными процессами в теле и энергетике женщины, которые начинают настройку на каждого сексуального партнёра.

Мужчины так же создают энергетические связи со всеми своими партнёршами, которые, как сеть, тянутся от одного человека к другому, создавая между ними общий энергообмен! И точно так же, как незащищённый секс передаёт между всеми по цепочке биологическую микрофлору и ДНК, энергетические связи начинают передавать разного качества энергию между всеми, кто встроен в такую “сеть”, влияя на каждого в ней по принципу сообщающихся сосудов.

Разумеется, более сильные энергетически люди больше влияют на других в этой сети, а со временем влияние “давно бывших участников” ослабевает, но принцип ясен, каждая связь добавляет в этот коктейль новых энергий разного качества, что совсем не способствует её гармонии. И люди не могут понять и даже не связывают с этим свои частые перемены настроения, упадок сил, психическое истощение.

Людей научили, что, если секс будет не защищенным, можно нахвататься из другого тела чужеродной среды, которая будет опасна для них. Но скрывают, что энергетически люди при этом абсолютно не защищены и даже более открыты друг другу, чем в обычной обстановке, когда работают автоматические системы энергетической защиты от чужого поля.

Каждый человек носит в себе многочисленные деструктивные программы, которые нахватал по жизни. И в момент, когда вы открыты, они передаются от него, подкрепляясь выбросом сексуальных энергий. Каждый при этом берёт себе часть программ от другого, что понятным образом постепенно начинает влиять на качество жизни. Более простыми словами можете представить, что каждый партнёр делит с вами часть своей кармы, связываясь с вами.

В постоянной паре энергия постепенно гармонизируется, оба человека настраивают свою психику и тела друг на друга. И даже тогда это происходит не сразу и не всегда полностью. А представьте, что происходит, когда в это намешано множество людей, которые вообще не пытаются гармонизироваться с остальными, часто атакуя или засоряя в такой сети остальных своей энергией. Тут действует принцип большего потенциала, который влияет на меньший потенциал.

Итогом будет энергетическое и психическое истощение, разбалансировка и затем физические и даже событийные проблемы, которые люди не привыкли связывать с этим аспектом вообще! Чьи энергии по вам ходят, какого они качества, на сколько ваше тело способно их усвоить и сбалансировать?

Так же, как вы относитесь к чистоте своего тела, нужно относиться и к чистоте энергетических связей. Тем более таких мощных, которые создаются во время секса. И даже если это был любой сексуальный контакт без проникновения, эффект энергообмена будет присутствовать.

В некоторых культурах женщин и маленьких детей не показывают посторонним. Это как раз по тому, что даже взгляд создаёт

энергетические связи. Женщина, которую нагло и пристально рассматривают, “пялятся”, может ощущать себя испачканной, как если бы её облапали. Эти “грязные” мысли буквально направляются к неё и пытаются прилипнуть к её полю, подключив их владельца к ней энергетически. А если даже визуальный контакт или мысль создают энергообмен между людьми, то представьте на сколько сильный он при выплеске сексуальных энергий, когда вы открыты друг другу.

Женская чистота всегда ценилась во всех развитых культурах не просто так. Люди понимали, что женщина - это не просто тело, а портал, через который люди приходят в Мир. И от её чистоты зависит качество этого портала.

Каждый мужчина энергетически проводник энергий своего рода. Если у женщины один мужчина, то их ребёнок получит качества этого рода со всей полнотой возможностей и последствий, которые от него идут. Это не про биологию и гены, это про энергии, жизненные родовые программы и судьбы. Помимо свой судьбы человек подключен и находится под влиянием всего этого.

Если у женщины было много мужчин, которые оставили в ней свой энергетический след, подключив к ней свой род в той или иной степени, можно представить, как это воплотится в энергиях её детей, какие события в их судьбах это притянет.

Это не игра, которая касается только двоих людей, вступающих в отношения. Это глобальная ответственность перед всеми, кто был и будет связан с этими родами. Вот в чём главная причина того, что сохранение женской чистоты было одним из важных аспектов жизни, а посягательство на “женскую честь” тягчайшим преступлением. Теперь женщин разными уловками приучают к тому, что они сами без насилия делают это с собой добровольно.

Мужская чистота не менее важна, только проявляется иначе. Подключая свой род к различным женщинам, они создают связи с порталами, по которым будут раскиданы энергии его рода. И это очень упрощённая картина, для базового понимания. Всё ещё намного сложнее.

Другой аспект секса заключается в том, что при правильном и гармоничном взаимодействии сексуальных энергий, этот процесс выводит партнёров на более высокие уровни энергетики и сознания, наполняет их и балансирует. Каждый через другого расширяет себя и выходит за пределы отдельного существа, соприкасаясь с Миром.

Всё это помогает им настроиться на создание общего поля, в котором будут появляться и расти их дети.

Если уметь сделать это гармонично, пропустив через себя и партнёра глубокую чистую любовь, пространство для ваших детей и для вас самих будет наполнено огромным запасом света и энергии для жизни. Если же относиться к сексу только как к физическому удовлетворению, а к партнёру, как к объекту для удовлетворения, проводить во время процесса низкие энергии, похоть, разврат и различные извращения, делать это под алкоголем и другими веществами, то эффект будет разрушительным для всех в итоге!

Этого понимания для начала будет достаточно, чтобы осознать важность и возможные последствия. Добавьте к этому только еще механизм зарождения самого желания. В гармоничном варианте источник находится в верхних энергетических центрах человека, тогда желание возникает из любви, а не из похоти и вожделения.

Если же ваш источник только внизу тела, а в ваших мыслях грязь и похоть, эти мысли притянут соответствующие образы и сами пойдут развиваться в вашем теле, взывая низкие желания на низких энергиях, которые будут управлять вами, постоянно истощая и требуя выхода.

Те энергии, в которых будут приходить в этот Мир ваши дети, во многом определяют возможный потенциал развития и качества той души, которая в них войдёт. Мы и сами когда-то пришли именно в ту семью, где наилучшим образом имели потенциал для получения нужного опыта и развития нужных нам качеств.

Вот почему в фильмах, сериалах, и конечно в любой секс-индустрии всеми силами стараются сместить внимание людей в сексе на удовлетворении чужим телом. Показывают, что секс должен быть страстным, делают акценты на физическом удовольствии, разнообразных позах и комбинациях процесса. Уводя это максимально далеко от слияния души, от внутренней открытости, возникающей из чувства любви, и тонкой энергетической связи, которая гармонизирует пару естественным образом.

Людей приучают так, чтобы само желание секса у них возникало именно при виде другого тела, а не из любви. А это принципиально разные процессы. Первые ведут к разрядке, энергетическому и психологическому истощению, потере смыслов и деградации сознания к животным извращениям. Вторые наполняют и возвышают, расширяя сознание и открывая понимание высшего духовного

единства людей. В таком процессе даже карма обоих партнёров будет гармонизироваться сама!

**Дети и семья**

Желание создать совместную семью и привести в Мир новых людей, о которых вы вместе будете заботиться - естественное развитие полноценной любви и гармоничных отношений. В семье, где с таким пониманием относятся к этому, дети будут развиваться гармонично, приходя желанными.

Ребёнок — это такая же полноценная душа, как и вы, которая станет самостоятельным человеком, а не ваша игрушка, не ваш шанс реализовать то, что вы сами не смогли и не ваша собственность. Задумайтесь, используя своё тело вы создали новое тело, куда пришёл этот человек. И на период этой его жизни вы его проводник в этом Мире.

А он ваш спутник в этом путешествии и ваша проекция в Мир, часть вашего рода и ваша возможность передать и распространить важные для вас качества. Но у него своя история в прошлых воплощениях, свои задачи на эту жизнь и согласно этому будут свои желания и стремления, свой опыт и характер. И воспитание — это не дрессировка, а развитие качеств и гармонизация вибраций этого человека через созданную вами среду и примеры вашего проявления в ней.

Воспитание должно позволять ребёнку видеть ваши примеры, исследовать самому и делать ошибки, мягко страхуя его при этом, а не пугать ими и не ругать за них. Придётся научиться и самим не бояться и снять с себя часть ответственности за ребенка, по мере его взросления, принять эти риски, таковы условия гармоничного воспитания.

Не накручивайте себя, помните, что страхи, которые вы проецируете в пространство, начинают жить и реализовываться, на сколько им хватает вложенной в них энергии. Тревожные мысли и волнение за других только создаёт и питает поле негатива вокруг них. Намного лучше развивать в себе мышление благословения и спокойной уверенности в лучшем через доверие к Миру.

В нужный момент, который тоже важно не пропустить, вам придётся отпустить часть контроля а своих детей и довериться Миру. Если в раннем детстве вы заложили нужные навыки, основы понимания и ценности ребёнка правильно, давали свободу для проявления и

научили заботься о себе, дальше он справится без вашего прямого участия. Вы можете только подсказать и быть открытыми, любящими и принимающими их со всеми возможными ошибками.

В ином случае дети чувствуют себя, как минимум, не понятыми. И хотя часто они не понимают вас именно ввиду недостатка опыта и полноты осознания ситуации, конкретно в такие моменты, когда их силой или давлением заставляют, ломая волю, они ощущают себя именно непонятыми, в разных вариантах “убегают” из семьи и обычно попадают в среду, где их ждёт масса ловушек.

А вы для них теперь обидчик или даже враг, вместо мудрого и авторитетного старшего советчика. Это еще сильнее запутывает их осознание происходящего, уменьшает шансы на верное понимание реальной ситуации и ставит в более экстремальные условия.

Человек, конечно, адаптируется ко всему, но в результате подобного негативного опыта станет таким, каковы были условия его развития, накопит в себе множество психологических и физических травм, которых можно было избежать.

Поэтому воспитание требует огромного терпения, любви и понимания и заводя ребёнка нужно быть к этому готовыми, осознавая свою ответственность перед человеком, проводником которого в этом Мире вы будете на много лет.

У вас могут быть любые свои ожидания и надежды на то, каким будет ваш ребёнок. И при этом он может быть совсем не таким, хотеть иного, проявляться иначе и вовсе не слышать все ваши самые добрые и разумные слова и объяснения. Есть огромное количество книг на тему того, как и в каком случае лучше действовать, чтобы корректно и мягко направлять развитие своих детей к лучшему для них. И это вам тоже следует узнать, понять и освоить.

Воспитывая своих детей, вы, в первую очередь, развиваете себя. А уже ваш пример они будут чаще всего брать за основу своих действий. Дети не только приходят в ту семью, где получат нужный для них опыт, но и приносят в эту семью опыт, который нужен и самим родителям для их развития! Отнестись к этому нужно с большим вниманием и вы многое в себе увидите лучше.

Та среда, в которой растёт ребёнок, становится его нормой и влияет на всю его жизнь и восприятие. Выйдя из семьи, он будет дополнять её опытом из своего социального окружения. Но то, в какое социальное окружение он скорее всего притянется, определяет опять же его детский опыт и сформированное в семье представление о Мире.

Если человек в детстве видел вокруг себя агрессию и подавление, он помимо своего желания будет всю жизнь воспринимать это нормой. Даже если умом поймёт, что это не так. А зачастую многие и не понимают, искренне верят, что все такие и жизнь такая. Продолжая эту цепочку искажений восприятия, тянущуюся из семьи, которую очень сложно поправить.

Такого человека будет тянуть в среду, где приняты соответствующие проявления и энергии, на духовном и физическом уровне он будет неспособен воспринять другие вибрации и способы существования. Понадобится поменять его среду обитания и очень долго показывать, что в Мире возможны другие способы взаимодействия и проявлений. Чтобы начали меняться реакции и восприятие, чтобы человек смог увидеть другой, светлый Мир, в котором его любят просто так, принимают и поддерживают любым, помогая становиться лучше.

Всё это в хорошем варианте ребёнок должен получить в своей семье. Постарайтесь сделать так, чтобы у него это было. Это самое важное, что нужно понимать и о чём нужно помнить в каждый момент воспитания.

Важный момент, о котором почти никто не думает и даже не знает. Люди привыкли считать, что гены они получили с рождения и несут их в себе в неизменном виде, передавая дальше. Но это не так. Образ жизни, питание, алкоголь, другие привычки и стремления, и, тем более, наши глубинные вибрации влияют на то, какие гены и наклонности вы будете передавать вашим детям. Всю жизнь мы прописываем это в себе на биохимическом и полевом уровне!

И ещё одно, о чём хочется напомнить. Часто после рождения ребёнка женщина уходит вся в него и в себя, отключаясь от партнёра, ставя на первое место своего ребёнка, как она в этот момент инстинктивно воспринимает. Это не самая гармоничная ситуация, в которой мужчина оказывается выброшенным из отношений, возникают обиды, ссоры, расставание.

Обоим нужно уметь принять то, что жизнь меняется и всем стало на время сложнее, нужно время для адаптации. И здесь тем более важно ценить друг друга и поддерживать, не делая ребёнка центром вашей вселенной. Любовь к детям женщине важно пропускать через своего мужчину. Ребёнок не сможет принять такую нагрузку, на энергетическом уровне ему же будет комфортнее, если он будет чувствовать гармонию в паре, внутри которой он растёт, а не перекошенный эгоцентризм в свою сторону.

Первые годы ребёнку комфортнее в поле матери, в котором он появился и которым пропитан. Пока он постепенно формирует своё, в первые годы он нуждается в ней, в привычном ему энергетическом поле, в источнике исходных вибраций. На этапе формирования базовых жизненных энергий мать выполняет функцию “базовой станции”, на которую ребёнок максимально настроен.

В некоторых культурах было понимание, что отцу даже не желательно слишком часто вносить своё поле в эти отношения в первые годы. Он был внешним полем для семьи, энергетически представляя внешний мир. И уже постепенно через 3-5 лет ребёнок всё чаще проводил время с отцом, получая настройки этого внешнего мужского поля. Готовясь взаимодействовать с Миром напрямую...

**Почему всё так**

Для начала нужно понять, что как человек не является изначальной минимальной жизненной единицей, на нём так же и не заканчивается цепочка жизни и взаимодействия существ. В ходе своей жизни мы потребляем продукты, кислород, энергию и так далее, считая это естественным для себя. Всё это откуда-то появляется для нас в природе, и мы считаем, что так и задумано, чтобы мы этим пользовались. А ведь это всё плоды усилий других существ и систем.

И люди так же в ходе своей жизни отдают в пространство свои эмоции, мысли, энергию — всё это находит там своё место и применение. И есть существа, которых обычным способом мы не можем увидеть, но которые обитают вместе с нами на других планах, которые потребляют наши энергии и которых привлекают наши различные вибрации.

Как мы любим греться на солнце в тёплую погоду, так они любят пристроиться рядом с нами, чтобы получить своё. Это не хорошо и не плохо, это нормально. В конце концов и внутри нас живут наши многочисленные спутники - бактерии, вирусы и прочие мельчайшие существа, которых при приютили и считаем это уже нормой. Отчасти они даже нами тоже управляют и их тоже можно самим подбирать себе через систему питания и образа жизни. Мы часть пространства, не начало и не конец, а элемент в этой взаимопроникающей системе.

Всё дело в том, что качества, вибрации и действие этих существ, которые находятся около нас в нашем тонком энергетическом поле,

напрямую зависят от частоты наших вибраций и качества наших энергий, наших мыслей, эмоций, которые мы отдаём из себя.

Чистые, высокие и светлые мысли и чувства человека привлекают к нему существ, которым близки подобные вибрации, потому что они тоже такие по своим качествам. Такие существа будут помогать человеку, находясь рядом с ним, оберегать его, наполнять силами, давать подсказки.

Если же зайти в пивную или другие места, пропитанные низкими вибрациями и негативными энергиями, можно почувствовать эту атмосферу прямо на себе. Вокруг подобных мест и людей с такими вибрациями собираются совсем другие существа, которые питаются низменными страстями, скандалами, азартом, похотью и прочей энергетической грязью. И самое главное, что они всячески провоцируют своих кормильцев на подобные энергии снова и снова, истощая тех до бесконечности, постепенно ухудшая и губя их жизнь.

Когда мы понимаем такое положение вещей, мы можем более осознанно относиться к тому, какие энергии проводим через себя и что отдаём в пространство. И это правильно и очевидно. Но дело как раз в том, что есть глобально организованные силы, которым не хочется, чтобы люди знали эти вещи и вообще думали о них. Именно эти силы и создают всевозможные разрушительные заблуждения и искажения в обществе, скрывая настоящую природу людей от них же самих. Из людей делают удобную "пищу" и продукт… это сложная тема, которую не раскрыть коротко, но сказать об этом было нужно.

Предложенная обществу нарочно и заведомо искаженная модель жизни даёт ложный и ущербный выбор в любом варианте. Маскируя под большой частью логически верных, разумных и даже с виду хороших посылов, тонкие и существенные нюансы, которые и меняют картину полностью. А без этого всё ломается и становится разрушительным.

Система воспитания в обществе массово навязывает всем такие шаблоны. И выйти из них можно только через перестройку этой системы воспитания, либо через массовое индивидуальное осознание искажений. В текущем виде ни одно общество не построено полноценно для развития людей. В первую очередь акцент делается на управляемость человека, что неизменно приводит к необходимости держать его неосознанным в той или иной степени.

Конечно, не все люди такие, еще остаётся много исключений, которые чувствуют, понимают и сопротивляются. Но всё выстроено

так, чтобы стараться держать в невежестве как можно больше людей. На верхних уровнях создаются тренды, что и в какую сторону будет искажаться. Далее по цепочке работают тысячи психологов, изучающие какими методами можно так повлиять на естественные природные качества человека, чтобы вызвать в нём разрушительные шаблоны поведения, внутренние состояния, ломающие гармонию.

И всё это ловко маскируется под видом чего-то нормального и даже позитивного. Искажаются самые тонкие моменты, которые сложно уловить каждому самостоятельно и увидеть последствия заранее. Более того, основная масса даже этих психологов тоже не злодеи. Они сами не видят точно так же скрываемых от них тонкостей и могут искренне верить в то, что делают что-то полезное и хорошее.

Ну а дальше всё быстро разносится через фильмы, сериалы, соцсети. И концов уже не найти, каждый блогер, сценарист, режиссёр, транслирует так, как понял, с различными своими интерпретациями, но неизменно повторяя и распространяя заложенные в самое ядро искажения.

Самоосознание, умение слушать себя, настроиться на свою высшую суть, очиститься и прислушаться к тому, что идёт вам лично от Мира напрямую - в этом возможность самостоятельно выскочить из этой ловушки обманов.

И чтобы у людей не было даже такой возможности, их отвлекают зачастую ненужной никому работой, перегружают информацией и эмоциями, держат в постоянном стрессе, страстях и страхах. Любые относительно продолжительные моменты полной тишины и спокойствия вокруг и внутри вас будут понемногу очищать и наполнять вас, возвращая вам вашу природную тонкую связь с Миром и ведя к самому себе - настоящему.

Наибольшее предательство себя - прожить жизнь так, как вы не хотели на самом деле, увлёкшись ложными ценностями и целями, уводящими вас от того, для чего вы пришли. Представьте, как подло пытаться нарочно заставить сразу всех людей жить не своей жизнью, не по-настоящему!

Самое ценное, что можно сделать другому - помочь ему увидеть себя настоящего, не потеряться, создать для него возможности развития среди всего этого негатива. Мир - универсальная саморегулируемая система и он найдет место каждому выбранному вами пути, принятому решению или поступку. Даже через все заблуждения вы постепенно будете находить дорогу. Но такие варианты займут намного больше времени и будут намного более сложными. Вот все и

блуждают во мраке, не понимая для чего живут и как это делать. Нередко разрушаясь вместо развития.

Какое-то время вера в высшие силы была привита людям и даны различные заповеди, чтобы они совсем уж не заблудились и вместе с тем не выходили за отведённые рамки мышления и поведения. Теперь эту веру нужно постепенно дополнять в себе глубоким осознанием и пониманием, который приходят по мере развития. Любовь проявлять через искреннюю осознанную заботу, а сострадание, не как совместное страдание с кем-то или тем более вместо кого-то, а через понимание и действие во благо.

По-настоящему сильный человек тот, кто может позволить себе уступить слабому, если это несет тому благо, уменьшает его ущерб и создаёт в Мире меньше негатива. Уступить дорогу, своё место или какой-то ресурс — всё это тоже забота о пространстве в целом. Даже чужая агрессия — это признак слабости и неосознанности существа, которое можно попытаться понять и помочь, по возможности, приведя его ближе к пониманию его проявления. Опускаясь на уровень слабого, конкурируя с ним на его уровне проявления, вы ослабляете себя. Уступить здесь не значит принять поражение, а быть выше и сильнее ситуации.

Уступайте при этом столько, сколько разумно, с учётом ваших сил. А, так же, с учетом слабости и реальной потребности другого существа. И с учётом возможных последствий для всего, на чём это может отразиться. Баланс здесь особенно важен. У вас не получится всегда и всё учитывать, но искренне желая блага в своих действиях, вы научитесь понимать, как поступать. А иногда всё будет даже случаться само собой наилучшим образом.

Самые слабые подстраиваются под других, более сильные подстраивают других под себя. По-настоящему сильные меняют себя ради блага всех, осознанно формируют себя под выбранные цели. Те, кто будет пытаться их подстроить под себя, не сможет этого сделать. А те, кто будет подстраиваться под них, станет и сам лучше в итоге. Это универсальная позиция.

Чтобы быть в таком состоянии, нужно постоянно совершенствовать своё осознание, понимание и свои цели. И не стесняться их, потому что они вами выбраны сознательно и чисты в мотивах. Вас не должно смущать то, как вас воспримут другие. Учитывайте только последствия своего влияния, как и обычно. Но не стесняйтесь проявляться так, как считаете верным и лучшим.

Быть целостным, не стремиться к одобрению, самому выбирать, что важно, и делать это ради своей цели в любых обстоятельствах. Не стесняться быть настоящим независимо от реакции общества.

Энергия, которая обычно не тратится на социальное одобрение, будет помогать вашему развитию и достижению ваших целей, если вы начнёте от этого одобрения не зависеть. Не стремиться к отношениям любой ценой, увеличивая глубину и ценность тех настоящих отношений, которые формируются на вашем истинном пути. Не терять себя и свои высшие цели ради желаний других, даже ради любимых людей.

Когда вы одни, ведите себя так, как вели бы себя, если бы были в окружении других людей, которые внимательно за вами наблюдают. Формируйте целостность в себе и ведите себя при других людях так же, как вы в принципе считаете правильным в ситуации, а не так, как от вас ждут или как вам хочется себя показать на публике.

Вообще наивно считать, что вас никто не видит, если вы одни. И речь не только о тех людях, которые способны это делать дистанционно или даже брать информацию из прошлого. Речь о множестве существ, которые всегда есть вокруг нас на других планах и прекрасно видят нас на многих наших слоях, которые мы не привыкли замечать и даже считать реальными.

Представьте себе внешне красивого человека, который одет в грязную рваную одежду, ужасно воняет, а вокруг него летают мухи. Примерно так воспринимается и человек с низкими вибрациями и эгоистичными стремлениями на тонких планах. Каким бы внешне привлекательным человек не представлялся внешне, видны и ощущаются не только наши действия и слова, но и наши мысли, желания, вся наша сущность. Более чувствительные люди считывают это интуитивно, а некоторые даже могут видеть визуально.

Глупо прятать, но делать то, за что вам стыдно перед другими, но не перед собой.
Рамки приличия здесь тоже важны, поэтому сформулировано именно так, а не “Ведите себя везде так, как будто вы одни”. Надо стараться жить, действовать и мыслить таким образом, чтобы вы могли не стыдиться за это перед собой в первую очередь. А люди на столько привыкли к тому, что можно соврать, обмануть, притвориться, что абсолютно не целостны всю свою жизнь!

Раньше люди лучше это понимали и многие готовы были скорее умереть, чем жить недостойно. Сейчас же еще одно навязанное заблуждение, что внешняя привлекательность и материальный успех

— это самое важное, приводит к тому, что общество очень быстро отдаляют от самой сути понятия "человек", чем когдато гордились. И подводят всё ближе к животному образу существования, где многие уже даже не задумываются о том, кем по итогу они становятся.

Деградация и унижение своего достоинства ради ложных и самых примитивных ценностей стали нормой. А потеря достоинства не может быть нормой для человека, и, прежде всего, именно вы сами для себя здесь и наблюдатель и оценщик.

Человек устроен так, что способен привыкнуть ко всему. Запомните для себя, что нельзя привыкать к плохому! Это может поглотить на столько, что вы не заметите, как потеряете себя и даже не будете понимать этого.

Формируйте у себя полезные привычки, избавляясь от вредных. Давно известно, что поступки создают привычки, привычки формируют характер, характер определяет судьбу. Вы теперь знаете ещё и то, что поступки рождаются из стремлений, желаний и мыслей, которые можно и нужно точно так же формировать в себе осознанно. А изначальная вибрация любого существа определяет его место в пространстве, возможности и события, которые он привлекает.

Не откладывайте принятые решения, действуйте сразу, как только поняли, что вам нужно реализовать и чего достичь. Возможности для этого появятся в процессе, если вы на своём пути. Приучайте себя делать не когда хочется, а когда это нужно. И делать с удовольствием, даже если требуются усилия. Не гоняйтесь за результатом, он придёт в нужное время, тем быстрее, чем больше вы вовлечены в сам процесс. Не болтайте о том, что вы хотите сделать, делайте в тишине, это не растратит вашу энергию и увеличит концентрацию.

Для многих практик, чтобы они получались по-настоящему, нужна энергия. Со временем вы сами хорошо это ощутите. И здесь будет ответ почему так много внимания книга уделяет описанию того, что нас наполняет, а что истощает. Всё просто, каждый сам выбирает хочет ли он преодолевать, наполняться и развиваться, либо гоняться за удовольствиями, растрачиваться, истощаться и деградировать. Но важно дать человеку понимание этого для его осознанного выбора. Вы теперь понимаете, в чём состоит этот выбор, и можете его для себя сделать!

Не всё на пути вашего развития будет просто и идеально, не всё будет получаться. Будут проверки, когда пространство буквально

провоцирует поступить не так, как вы себя настраиваете. Будут и состояния опустошения или внутреннего давления — это часть очищения вашей энергетики. Не обесценивайте свои результаты, каждый успех и даже каждое усиление важны и ведут к цели. Важно стремиться, стараться и результаты постепенно станут заметны.

Развитие не должно быть для вас страданием и насилием над собой, важно понастоящему захотеть сформировать в себе нужные качества и получать удовольствие от процесса. Если вы сможете реализовать всё, о чёт тут говорилось, вы станете настоящим человеком в полном истинном смысле этого слова. Но люди уже не смогут понять вас по-настоящему, пока не пройдут ваш путь.

Это далеко не полная информация, поданная максимально доступно и упрощённо ради этого. Хочется сказать намного больше, но это перегрузит. Даже то, что изложено здесь, потребует долгого времени для реального усвоения и полноценного встраивания в вашу картину мира. Все аспекты и темы, которые затронуты в книге и интересуют вас больше, вы можете найти в сети или других книгах. Основы, данные здесь, помогут вам легко и гармонично освоить и применить многочисленные знания и практики саморазвития.

**Вспомогательные техники** *в желательном порядке освоения*

- Физические упражнения и йога. Не ранее, чем через полчаса после сна, чтобы ваши суставы были готовы и не травмировались. Хорошо подойдёт, например, комплекс “Око возрождения”. Начинайте упражнения с растяжки и разминки и не забывайте про разминку для глаз!
- В течение дня каждые пару часов делайте потягивания, это разгоняет все жидкости и энергию по телу, не давая им застаиваться, пока вы чем-то заняты
- Осознанное питание, прогулки на природе
- Техники расслабления, остановки мыслей, концентрации
- Техники перепросмотра перед сном. Добавьте к ним технику, в которой вы после перепросмотра ещё раз проживаете свой день, представляя, что он был таким, каким вам бы хотелось, ощущая это. Засыпайте с этим ощущением
- Техника “солнечной улыбки”, осознанность в течение дня, контроль мыслей

- Медитация и пранаяма — это не мистика или баловство для развлечения, это профилактика для очищения энергетики и сознания, так же необходимая ежедневно, как чистить зубы или умываться

**Осознанное питание**

Изучите, какие микроорганизмы живут в теле человека, как правильно подпитывать полезные и как выгнать вредителей, какие продукты употреблять, чтобы питаться сбалансированно. Полностью исключите сахар и всё, в чём он содержится.

Во время еды создайте комфортную спокойную обстановку и позитивный настрой. Кладите в рот столько еды, чтобы не раздувались щеки. Жуйте долго и не спеша, концентрируясь на кончике языка и представляя, как ваш организм готовится принять и усвоить эту пищу, получая от неё энергию, силы и исцеление.

Мысленно придайте пище нужные вам свойства и представьте, как они будут действовать после того, как она усвоится. После еды полчаса побудьте в благоприятной обстановке, ощущая, как ваше тело наполняется изнутри тёплым бело-золотым светом.

Алкоголь, курение и мясо очень понижают вашу энергетику. Это не значит, что тот, кто ест мясо, сразу плохой человек, глубинные вибрации первичны. Но при употреблении подобного происходит существенное снижение вашего потенциала и качества ваших энергий.

Воду пейте тёплой, в течение всего дня, не ранее, чем через полчаса после еды и не позднее, чем за полчаса до еды. Небольшими глотками, держа её во рту и настраивая на нужные свойства, как с едой. Пейте не менее двух литров воды в день, в зависимости от вашего веса - чай, соки и прочее считается отдельно.

Утром сразу после просыпания выпивайте залпом стакан чистой воды с куркумой и небольшим количеством сока лимона. Если лимон для вас слишком кислый, можно добавлять его совсем не много или не класть. Если не знаете, как найти и приготовить натуральную куркуму, можно взять куркумин с пеперином в капсулах, которые наиболее эффективны в таком сочетании.

**Расслабление**

Расслабляться лучше в спокойном месте, теплом, тихом, не очень освещенном, с чистым воздухом и без сквозняков. Если прохладно, лучше одеться потеплее.
Начинающим бывает трудно вызвать ощущение тепла в замерзающем теле. Постарайтесь, чтобы вам никто не мешал. Вы должны быть абсолютно спокойны и отрешены от всего во время упражнения.

Расположитесь максимально удобно, поерзайте, придавая телу оптимальное положение. Закройте глаза, успокойтесь, сделайте несколько неторопливых вдохов-выдохов. Мысленно возьмите все свои заботы, проблемы, мысли, аккуратно скатайте их в шарик и положите его справа от себя. Затем мысленно скатайте в шарик все свои эмоции и положите слева от себя. Теперь вас ничто не отвлекает и не волнует, вы абсолютно спокойны и непричастны ни к чему в Мире. Вы просто наблюдатель, вас нет…

Перед расслаблением очень полезно сделать потягивания, чтобы размять тело. Потянитесь, прогните спину, потяните ноги, руки, шею, в общем, проведите растяжку всех мышц тела. Затем расслабьте все мышцы.

Делая медленный полный вдох, наполняете тело золотистым светом, ощущаете, как он собирается в вас в виде облачка и наполняет вас приятным теплом.

Задерживаете дыхание, концентрируясь на этом облачке. Когда почувствуете, что хочется выдохнуть, сделайте медленный максимально полный выдох. На выдохе ощутите, как облачко растекается по всему телу, делая его здоровым, бодрым и легким. Проникая в вас, энергия облачка выталкивает из вашего тела все тяжелое и неприятное. Ощутите это.

Сделайте так три раза, увеличивая интенсивность и глубину дыхания. На третьем выдохе откройте глаза, если они были закрыты и потянитесь, растягивая мышцы тела. Ощутите радость и свет в себе.

Ощутите свою кисть (для женщин — правую, для мужчин — левую). Почувствуйте твердый пол и тяжесть кисти, которая давит на пол, поймайте все другие ощущения в пальце, что он чувствует. Затем ощутите большой палец руки, расслабьте его. Можно мысленно погладить его или мысленно опустить в приятную тёплую воду. Медленно проделайте это со всеми пальцами.

Затем расслабьте всю кисть, ощутите, как приятная теплая тяжесть в виде золотистого потока наполняет ее. Наполните этой приятной теплой тяжестью всю руку до локтя, затем до плеча. Проделайте весь описанный цикл расслабления для второй руки. То же самое поделайте для ног. И дак далее по всему телу.

И вот все ваше тело лежит полностью расслабленное, тяжелое, наполненное светящимся теплым потоком. Расслабляя лицо, ощутите, как все его мышцы сползают вниз, когда наполняются светящимся теплым потоком. В лоб и в голову поток тепла пускать нельзя, их расслабляют иначе. Достаточно несколько раз мысленно погладить лоб и затылок, как бы расправляя их.

Ощутите приятное тепло внутри живота. Можно представить, что вам на живот положили мягкий теплый шарик. Теперь ощутите холод в области лба, над переносицей. Можно мысленно приложить ко лбу кусочек льда или почувствовать, как при вдохе проходящий через носоглотку воздух поднимается до самого лба и охлаждает его, а на выдохе сохранять холод.

Теперь нужно установиться ритм дыхания и биения сердца. Начинайте следить за своим дыханием. Не управляете им насильно, а просто последите за ним немного, поймайте ритм. После этого ощутите, как дыхание постепенно становится медленным и равномерным, вам дышится свободно и легко. Затем прислушайтесь к ритму сердца. Поймайте его и ощутите, как ритм становится равномерным и неторопливым, вы успокаиваетесь…

Когда ритм установится, мысленно еще раз пройдитесь по телу, убедитесь, что оно полностью расслаблено. На этом этапе тяжесть может уйти из некоторых участков, вместо нее будет легкость, невесомость. Это нормально, главное, чтобы тело оставалось абсолютно расслабленным.

Представьте очень ярко, как вы лежите на поверхности озера и слегка покачиваетесь на мягких волнах. Вам легко, тепло и уютно. Вы лежите с закрытыми глазами и наслаждаетесь покоем и теплом. Затем ощутите, что ваше тело и озеро — едины, слейтесь с озером, станьте озером, таким же теплым, огромным и спокойным. Вы абсолютно спокойны и расслаблены, как прозрачные воды озера. Вы едины с этим местом, вы часть его…

Представьте, что ваше сознание растекается по гладкой поверхности озера и становится таким же ровным, чистым и спокойным, как прозрачные воды озера. Затем оно сливается со всем

вокруг, вы ощущаете, что вы и все вокруг — едино, что вы естественная часть всего. Вы знаете, что это так!

**Шакти**

И теперь представьте, как, начиная с кончиков пальцев ног, к голове движется плоскость, граница раздела. Выше нее — ваше тело, теплое, тяжелое, наполненное светящимся потоком. А ниже — бесчувственное, невесомое, как бы чужое. Медленно проходя от ног к макушке, плоскость делает невесомыми те участки, через которые проходит. Если нужно, можете провести плоскость 2–3 раза.

**Качественный полноценный сон**

Очень важно, чтобы ваш сон был качественным, глубоким и достаточно продолжительным и в одно и то же время каждый день. Для женщин не менее 8-9 часов, для мужчин хотя бы 7-8. Это вроде не значительный, но крайне важный для качества жизни момент. Только за такое время ваше тело и сознание успевают восстановиться, что определяет весь ваш день.

Самые важные часы для сна, когда наше тело лучше всего отдыхает, с 11 вечера до 3 часов ночи. В районе 15-16 часов дня можно поспать 10-30 минут, если есть усталость. Этот момент времени так же хорошо действует на наши биоритмы, и вы будете ощущать свежесть до конца дня после.

Сделайте лёгкую разминку и растяжку. Создайте комфортную атмосферу, сделайте расслабление, перепросмотр дня. Остановите мысли, настройтесь на хорошее и так засыпайте. Можно сделать медитацию и пранаяму. Если в таком состоянии перед сном задать себе важный вопрос, то во сне на него можно получить ответ.

Во сне происходит одновременно множество восстановительных процессов. Пока наше тело отдыхает и восстанавливается, сознание через сны обрабатывает полученные образы и информацию, впечатления дня. Мы связываемся с тонкими слоями пространства, отдаём туда полученные за день переживания и опыт, а взамен получаем энергию и задачи для нового дня от своей души, гармонизируя свою связь с ней и с Миром.

Это можно в некоторых вариантах делать и через медитацию, но сон основной природный механизм для этих процессов. Если ваш сон будет недостаточно глубоким, качественным и продолжительным,

нарушаются очень важные тонкие процессы в теле и в энергетике, которые, накапливаясь, крайне негативно влияют на все аспекты жизни и здоровья.

Проснувшись, не спешите вставать или хвататься за телефон. Дайте себе время спокойно встретить день, не заполняя голову мыслями сразу же. Не вставая, стараясь не двигаться и ни о чём не думать, мягко потянитесь мысленно к своему вопросу, который вы задавали перед сном. Ответ будет в вашем сне либо медленно, но ясно спустится в ваше сознание.

Поэтому и говорят, что утро мудрее вечера. Утром вы максимально расслаблены и ваше сознание открыто для информации от вашего высшего начала, которое подсказывает, что настоящее. Такие утренние медитации могут стать вашим лучшим общением со своей душой. Не включая привычные мысли просто откройте сознание и мягко почувствуйте свой вопрос. Ответ вы тоже вскоре ощутите, и он будет ясным и настоящим, вы это поймёте. Постарайтесь запомнить это состояние ясности и спокойной внутренней тишины и остаться в нём на весь день.

Выпив воды и умывшись, проведите небольшую утреннюю медитацию, сделайте лёгкую пранаяму по 4 такта. Через полчаса после просыпания, когда ваши суставы выведут из себя воду, набранную за ночь, и станут достаточно гибкими, чтобы не травмироваться от нагрузок, можно сделать разминку и йогу, это будет отличным вариантом продолжения вашего утра.

**Солнечная улыбка**

Утром, когда вы только возвращаетесь в сознание, но еще частично спите, не открывая глаз, ощутите в себе радость зарождающегося дня. Мысленно поймайте эту идею и прочувствуйте её. Не шевелитесь — вы еще спите!

Вам нужно, удерживая идею радости, начать ощущать эмоции радости, почувствовать, как по телу разливается приятное тепло, все пространство вокруг вас наполняется этим теплом и вашей радостью. Хорошо ощутите это.

Когда вы наполнитесь этим ощущением, мысленно добавляйте к нему яркое ощущение здоровья, успеха и любви. Повторите это медленно три раза, увеличивая силу настройки и ощущение своего состояния.

Запустите по всему телу волну, которая пропитает вас этим состоянием и мягко выйдет из вас в пространство, пропитывая его вместе с вами. Вы источник этого состояния для пространства вокруг вас на весь день! Улыбнитесь всем телом и в это время откройте глаза и потянитесь в постели.

Улыбаясь в повседневной жизни, четко ощущайте, что улыбается всё ваше тело, каждый орган и каждая клетка счастливо улыбается и просто светится от счастья. Этот легкий теплый свет пронизывает все ваше тело и спокойно выходит в пространство вокруг вас, но полня его теплом и уютом.

Каждый день нужно стараться полноценно выполнить не менее 60 таких улыбок, находят в том же состоянии связи с пространством. Какое вы ощущали утром. Где бы вы не находились, вокруг себя ощущайте этот свет, который идет из вас и наполняет пространство теплом, счастьем и вашей внутренней любовью.

Не стремитесь сделать все 60 улыбок в один заход. Постарайтесь распределить их на весь день. Важно! Улыбка должна быть искренней и пронизывать всё ваше существо. Хотите быть здоровым - ощущайте себя источником здоровья, успешным - источником изобилия, любимым - источником любви. При полноценной глубокой и регулярной практике достаточно быстро эти состояния закрепятся и начнут проявляться буквально магическим образом меняя вашу жизнь.